Hyg. o. 175

L. XIV. 20.

Gesund-
und
Schönheits-
Pflichten

Zur
Erbauung des andern Geschlechts
wissenschaftlich erwiesen
von

D. Carl Wilhelm Friedrich Struve

Dreßden
bey Johann Nicolaus Gerlach
1754

Der

Durchlauchtigsten Fürstin und Frauen

FRAUEN

Louise Dorothea

Gebohrner und vermählter Herzogin zu Sachsen, Jülich, Cleve, auch Engern und Westphalen, 2c. 2c.

Seiner

Gnädigsten Herzogin und Frauen

Durchlauchtigste Herzogin,

Gnädigste Herzogin und Frau!

Da Ew. Hochfürstl. Durchl. bey dem Besitz der grossen Eigenschaften, welche Dieselbe über die Vorzüge der Geburt erheben, besonders wegen der

der

der Kenntniß edler Künste und Wissenschaften, und der Gnade, welche Sie denen Verehrern und Liebhabern derselben angedeyhen zu lassen gewohnet sind, bewundert werden; So glaube ich, wegen meiner Kühnheit gerechtfertiget zu seyn, daß ich mich unterfange, Ew. Hochfürstl. Durchl. gegenwärtige Schrift in Unterthänigkeit zuzueignen, welche eine Frucht meiner Academischen Beschäfftigung an einem Orte ist, wo meine Voreltern dem Durchl. Hause Sachsen vieljährige treue Dienste geleistet, aber auch viele ausnehmende Huld und Gnade genossen. Gleichwie nun dieselben die Empfindung der reinesten Verehrung und voll-

kommensten Dankerkenntlichkeit auch auf mich fortgepflanzet; Also würde ich eines grossen Verbrechens schuldig seyn, wann ich mich durch eine blöde Furcht hätte abhalten lassen, solche, auf eine zwar geringe, doch bey denen Anverwandten schöner Wissenschaften so übliche Art, in tiefster Unterthänigkeit zu erkennen zu geben.

Sollten nun meine in gegenwärtiger Schrift verfaßte Gedanken, welche ich unter inbrünstigen Wünschen vor das immerwährende Wohlergehen **Ew. Hochfürstl. Durchl.** vor die theureste Gesundheit **Dero Durchl. Herrn Gemahls**, des

Herrn

Herrn Erbprinzens, wie auch übrigen Prinzen und Prinzessin Hochfürstl. Durchlauchtigkeiten, und überhaupt in der Absicht, dem schönen Geschlecht nützlich zu werden, zusammengetragen, so glücklich seyn, eines gnädigsten Beyfalls gewürdiget zu werden: so würde die Belohnung vor meine Bemühung eben so groß seyn, als groß der Ruhm ist, welcher von der weisesten Beurtheilung einer grossen Fürstin abhanget, deren scharfsinniger Geist die größten Wahrheiten mit erleuchteter Einsicht durchschauet. Ja, Durchlauchtigste Herzogin, Gnädigste Fürstin und Frau, meine gantze Ehrbegierde schrän-

ket sich in der unschäzbaren Hochfürstlichen Gnade ein, welcher ich mich in derjenigen submissesten Devotion empfehle, womit ich Lebenslang beharre

Durchlauchtigste Herzogin,

Gnädigste Herzogin und Frau,

Ew. Hochfürstl. Durchl.

Jena
den 1. Februar
1754.

unterthänigst-gehorsamster
Carl Wilhelm Friedrich Struve.

Vorbericht
an das schöne Geschlecht.

Eine genaue Beobachtung der natürlichen und bürgerlichen Pflichten verschaffet uns in diesem Leben eine Glückseligkeit. Um mit dem Bilde der Tugend zu prangen, ist es nicht genug, den natürlichen Gesetzen eine Gnüge zu leisten; wir leben in einer Gesellschaft, daher müssen wir auch die Einschränkungen beobachten, die das Gesetz der Natur durch die zum Wohl der Republiquen abzielenden Verordnungen leidet.

Wir nehmen daher zweene Quellen an, daraus wir die Bewegungsgründe unserer freyen Handlungen schöpfen, das Recht der Natur, und die bürgerlichen Gesetze. Die Eigenschaften des unendlichen Wesens bilden die christliche Tugend, und bewaffnen uns mit Bewegungsgründen, unser Leben dem göttlichen Befehl gemäß einzurichten. Bey unsern Handlungen haben wir also auf das Band zu sehen, so uns zu Mitgliedern eines Staats machet, und das Nützliche der Republique, der wir unterworfen sind, muß das Ziel seyn, worauf sich unsere Verrichtungen, unser Thun und Lassen, beziehen, wenn auch gleich unsere eigene Vortheile dabey sollten geschmälert werden. Sie, Kronen des Landes, machen einen Haupttheil der Republique aus; ich kann mich vertheidigen, wenn ich ihnen sage, sie legen den Grund zu einer beglückten, aber auch verderbten, Republique. Bey ihnen finden sich die ächten Spuhren, wo wir den Grund der bürgerlichen Beschaffenheit eines Landes antreffen. Sie sind es, die da können gesunde, starke, kluge, und tugendhafte Kinder der Republi-

publique geben. Wie steht es mit der Nachwelt, wenn so schlechte Recrouten gezogen werden? Welches Verderben drohet uns, als eine natürliche und gerechte Strafe, wenn sie nicht die unverrückte Dauer eines wohleingerichteten Staats die Bewegursachen ihrer Handlungen seyn lassen? Gewiß, würden die Pflichten gegen die Empfängniß, gegen die unter dem Herzen sitzende Frucht, gegen die unschuldige Geburt, gegen die zu stillenden und zu erziehenden Kinder, gewissenhafter, mit einem Absehen auf die menschliche Gesellschaft, in acht genommen: so würde der Staat nicht mit heillosen Bürgern, unruhigen Müßiggängern, Stöhrern der öffentlichen Ruhe, lasterhaften, geitzigen, eigensinnigen, und stolzen Einwohnern überschwemmet seyn. Warum stürmet man wider die Stütze des Staats? Warum höret man das betrübte Klagen der Kinder über die nachläßige gehabte Erziehung? Soll man ferner die traurigen Folgen hiervon erleben? Woher entstehen denn die unglückseligen Quellen dieses Verderbens? Ist es nicht

möglich, sie zu verstopfen? Ich sage ihnen die Wahrheit, sie beobachten die Pflichten nicht, die Natur und Staat von ihnen mit Fug und Recht erfordern können. Und wie können sie die nöthigen Pflichten in acht nehmen, wenn sie nicht von ihrer Verbindlichkeit darzu bündig sind überzeugt worden? Eine gewisse, wahre, lebendige, und zulängliche Erkenntniß der Pflichten muß in dem Verstande desjenigen geleget seyn, den wir zur Beobachtung derselben anreizen wollen. Unwissenheit ist also die Quelle des Verderbens. Ich nenne Unwissenheit einen Feind des menschlichen Geschlechts, aber einen mächtigen gefährlichen Feind, einen Feind, dessen Rüstung nicht hundert tausend Menschen, sondern den ganzen ausgedehnten Erdboden, mit Blindheit schlägt; einen Feind, der nicht dreyßig Jahre gantze Familien verwüstet, sondern ganze Jahrhunderte die Geschlechter wütend verderbet; einen Feind, der mit unzählichen traurigen Folgen Land und Leute überschwemmet, die Glieder zerrüttet, Sicherheit, Ruhe, und Gesundheit aufhebt. Du,

81

du Menschenfeind, untergräbst die Stützen des Staats, machst die Gesetze wankend, und erstickest die Hoffnung der sich freuenden Nachwelt! Deine Macht muß gebrochen, dein Wüten gestillt, dein Rasen gebändiget werden. Zerschellete Brüche des Landes! wo ist die Arzeney für deine blutige Wunden? Ein Gift, so alle Theile des Leibes flüchtig durchdringt, erfordert die kräftigsten, geschwind würckenden Mittel, wenn es nicht soll alle Glieder fressend verzehren. Hier, hier entdecket sich ein Gift, so hundert tausend Geschlechter mit Wut, mit Gewalt verheerend durchgeht. Deiner Kraft muß man mit Ernst entgegen gehen, Waffen und Rüstung sind hier in der Geschwindigkeit nöthig, wenn wir anders der folgenden Nachwelt wohl wollen. Mein Vorhaben scheint daher nicht tadelnswerth, wenn ich ihnen zum Beyspiel eine Handlung unternehme, die das Wohl der Republique zum Vorwurf hat. Eine Handlung, wodurch ich glaube, bey ihnen einigen Dank zu verdienen, eine Handlung, wozu mich mein Metier, und die moralische Verfassung, verbinden.

Sie

Sie sind, Holde, die schönsten Creaturen, die wir auf diesem Weltkörper erblicken; sie sind Menschen, und empfinden die Triebe, die die zum Geselligen ruffende Natur in uns gelegt hat. Es regt sich bey ihnen eine zärtliche Neigung, sich vollkommen zu sehen. Es erschallt in ihrem iñern Busen die starke Stimme der Natur, die von allen Seiten ein Echo giebt: Suche dich vollkommen zu machen; vermeide, was dich und deinen Zustand unvollkommen macht. Ich gehe diesen Gedanken nach; und werde ihnen durch eine ungezwungene und leichte Entwickelung dieses Grundsatzes zu denen Pflichten eine gründliche Anweisung geben, die sie sich und der Gesellschaft, worinne sie stehen können, schuldig sind, und insgesam̃t aus diesem ihnen eingepflanzten Grunde fliessen. Nur muß ihnen bekandt seyn, dasjenige sey vollkommen, was mit unserm Wesen übereinstimmt. Sie wissen, sie haben einen Leib, der mit einnehmenden Schönheiten pranget, und mit der unschätzbaren Gesundheit begabt seyn kann; sie haben aber auch eine See-

le, die des Verstandes und der Tugend fähig ist. Und diese beyde Stücke, Leib und Seele, machen, zusammengenommen, ihr Wesen aus. Mithin können sie sich, in Ansehung des Leibes, in Ansehung des Verstandes, und Willens, vollkommen sehen. In Absicht auf den Körper sind sie vollkommen, wenn Schönheit und Gesundheit aus der Uebereinstimmung dessen verbundenen Theile sich in sichtbaren reizenden Zügen und ungehinderter Ausübung der körperlichen Verrichtungen zeigen. In Ansehung der Seele nenne ich sie vollkommen, wenn ein aufgeklärter Verstand, Aufmerksamkeit, Witz, Scharfsinnigkeit, Vernunft, die Zügel des Willens führen, und die himmlischen Empörungen der Gottesfurcht, Gelassenheit, Demuth, Keuschheit, Erbarkeit, Liebe, Wohlthätigkeit, Freundlichkeit, das Innerste ihres Hertzens bemeisternd einnehmen. Leib und Seele hat die göttliche Kraft miteinander verbunden, und zu einem Eins gemacht. Folglich stehen erwehnte Vollkommenheiten in einer unzertrennlichen Vereinigung. Die Willenstriebe beziehen sich auf die Stärke des Verstandes, und auf das helle Licht der Vernunft. Sie

sind geheiliget, sie sind erleuchtet, wenn die Decken der Finsterniß, ich meyne, Aberglauben und Unwissenheit, der fortgehenden Einsicht entzogen werden. Hier erblicke ich den Stoff zu meiner Abhandlung. Ich muß ihnen also die Gesundheit, die Schönheit, den über den Willen herrschenden Verstand, als die drey wesentlichen Vollkommenheiten des schönen Geschlechtes, lebhaft schildern. Hierinne wird sich mein Vortrag einzuschliessen haben. Sie streben, dem natürlichen Triebe zufolge, nach Vollkommenheiten, deren sie ihrem Wesen nach fähig sind. Folglich werden sie die hohe Verbindlichkeit erkennen, nach Gesundheit, Verstand, und Schönheit ernstlich zu trachten. Ich sage ihnen nichts neues, Wahrheiten finden sie hier angeführt, die so alt sind, als der erst erschaffene Mensch. Zweifelsohne soll ich ihnen ihre Neubegierde stillen. Und das geschieht auch in der That. Je älter eine Wahrheit wird, destounbekandter wird sie. Die Länge der Zeit verdunkelt ihren Adel, sie entziehet sich endlich dem Andenken der Sterblichen, und verschwindet. Und wie kann es uns daher fremde vorkommen, daß Tugend, Verstand, Schönheit, Gesundheit, ihre Stützen verlieren, schüchternd entfliehen,

ja

ja endlich, mit Staub und Erde umhüllt, begraben werden? Ich folge der natürlichen Stimme, so als einen göttlichen Beruff ansehe. Ich suche die verscharrten Vollkommenheiten hervorzusuchen. Ich will ihnen, patriotisch gesinnt, die Wege zeigen, die ohne Ausschweifung zur Gesundheit, zum Adel der Seelen, und zur Schönheit führen. Ich werde ihnen aufrichtig die Quellen entdecken, die ihnen ihre Pflichten nach der natürlichen und moralischen Verfassung innerlich zu schmecken geben. Lautere Milch der Wahrheit wird ihnen in reinen Schüsseln ohne äussere Schmincke vorgesetzt werden. Und daher will ich ihnen zu Gefallen meinen Hippocrates, so ich eben in der Hand habe, beyseite legen. Ich rede jetzo weder griechisch, noch latein. Um mich ihnen verständlich zu machen, rede ich deutsch. Die ächte Wahrheit ist an keine Sprache gebunden, sie redet in allen Sprachen gleich nachdrücklich. Sie ist viel zu edel, als daß sie zur Sclavin einer Sprache werden sollte. Hätte sie nur stärckern Eindruck auf das menschliche Hertz; sie nimmt alle äussere Kleidung an, verändert sich nicht unter deren Abwechselung, wie die Einwohner dieser Erde. Sie bleibet beständig, unter einer-

)( )(len

ley Zeichen, verehrungswürdig, und ist nicht gewohnt, eine andere Mine mit veränderter Sprache anzunehmen. Doch will mir die Erlaubniß ausbitten, besagten Autor zurathe zu ziehen. Ich gehe ungerne daran, die Väter der Alterthümer höhnisch zu verlassen. Es ist höchstunbillig, die unerkannten Quellen zu verstopfen, die uns so reiche Schätze der Weisheit darbieten. Wir verachten, was wir nicht kennen. O Eigenliebe! O! strafbare Undankbarkeit gegen unsere erste Lehrer! Wir verlassen den gebahnten Weg, und, verliebt in unseres Hirngespenste, machen wir einen neuen Schauplatz. Wie? wenn es unsere Nachkommen auch so mit uns machten, wie wir es mit unsern Voreltern! Es bleibet alsdann unser Wissen ein Stückwerk, weil wir vom forne anfangen. Ich erkläre mich vor den Hippocrates, was er sagt, hören sie von mir. Das äussere Kleid, worinne sich die vorgetragenen Wahrheiten darstellen, borge ich von der jetzigen Mode. Diese weiß die Sachen nachdrücklich dem Gemüth einzuprägen, sie schärfet unter sinnlichen Bildern das Nachdenken, überzeuget, rührt das Gewissen, und lenket den Willen. Ich widme ihnen, Auserwählte der menschlichen Geselligkeit,

diese

diese in redlicher Absicht patriotisch entworfene Blätter, alle Zeilen zeigen von dem hitzigen Eifer, womit ich dero Wohl bestmöglich zu unterstützen suche. Auch dieses erwecket in mir eine Zerstreuung, eine Begierde, meinen Aufsatz vielen lehrreich zu machen, ja, wo es möglich ist, allen. Es fallen mir gar zu viele Gattungen und Eintheilungen des andern Geschlechtes bey, welche besondere Pflichten erfordern. Ich würde daher wenig erbauen, nicht trostreich gnug seyn, wenn ich blos bey den allgemeinen Pflichten und Vorschriften mich einschränken wollte. Ich erblicke in meinem Hörsale Jungfern, Frauen, Wittwen. Sie verlangen alle Unterricht, und von dem Nothwendigen belehrt zu seyn. Ich werde daher, nach vorangeschickten allgemeinen Regeln, die besondern nach den drey Arten des schönen Geschlechts vorstellig machen. Beygefügtes Verzeichniß zeiget ihnen die Ordnung und den Zusammenhang der vorgetragenen Pflichten. Sie können nicht zugleich Jungfern, Frauen, Wittwen seyn. Nehmen sie daher die Classe der Pflichten vor, die ihnen nach ihrem Stande obliegen, prüfen sie ihr Verhalten gegen die von der Natur gegebene Gesetze, und der Obrigkeit zu verordnenden

Einrichtungen. Lassen sie sich entweder im Guten stärken, oder vermeiden die bisherigen Abwege. Ich sage ihnen, sie müssen das Wohl der Gesellschaft zu befördern suchen, dessen Erhaltung und Dauer von ihnen zum Theil abhangt. Beglückte Staaten! wenn mit vereinigten Kräften an dem Glücke der Nachwelt jetzo gearbeitet wird, damit das öffentliche Verderben nicht weiter überhand nehme, Knochen und Marck fressend verzehre. Gesegneter Entzweck! den ich durch gegenwärtige Blätter mir vorgesetzt. Mein Wunsch geht in Erfüllung, wenn ich ihnen eine so starke Begierde, den vorgeschriebenen Gesetzen eine Gnüge zu leisten, durch ergebenste Ueberreichung dieses Denkmahls einflösse, so patriotisch gesinnt ich in der möglichsten Kürze gegenwärtigen Entwurf der Gesund- und Schönheits-Pflichten liefere. Meine Bemühung, ihnen zu dienen, würde eifriger werden, und durch mehrere Schriften sich ihnen geheiliget zeigen. Adjeu!

§. 1.

§. 1.

Begriff von dem menschlichen Körper.

Der menschliche Körper ist ein Inbegriff von festen und flüssigen gelatineusen fermentirlichen Theilen, deren künstlich in die Höhe geführter, und zur Betrachtung des Himmels, als seines Ursprunges, erhabener Bau, nach der Absicht des grossen Schöpfers, dahin gehet, um Empfindungen veranlassen, und Bewegungen annehmen zu können.

§. 2.

Anmerkung.

Ich entdecke ungebeten die Quelle von dem §. 1. gegebenem Begriffe des menschlichen Körpers. Tullius und Ovidius sind

es, welche mich darauf gebracht. Ersterer sagt im vierten Buche von den Gesetzen im siebenden Capitel: Da die unvernünftigen Thiere ihr Futter auf der Erde gebückt suchen müssen, so hat die gütige Natur dem Menschen allein eine erhabene Gestalt verliehen, eine Gestalt, wodurch er zum Anblicke des Himmels geführet wird, seiner Abkunft erinnerlich zu werden. Gleiche Gedanken bringt uns Ovidius bey, wenn er im vierten Buche seiner Verwandlungen singt:

Ein Thier muß stets gebückt das Haupt zur Erde neigen;
Doch kann des Menschen Blick zur Sternenhöhe steigen.

Und so besteht der Vorzug des menschlichen Körpers blos darinne, daß die Theile auf eine andere Art zusammengesetzt sind. Die Säfte und festen Theile des thierischen Körpers haben einerley Natur und Eigenschaften mit dem menschlichen Körper. Die Verrichtungen des über die Thiere herrschenden Menschen erforderten einen besondern Zusammenhang der Theile. Sollten die Absichten des weisesten Baumeisters erreicht werden, so war ein aufgerichteter, zwischen zwo Schultern auf allen Seiten beweglicher, Kopf nöthig; ein Theil, woran die mehresten

resten Sinne angebracht; ein Theil, worinne die unsterbliche Seele ihre sichere, und so wohlpalisirte ruhige, Residenz hat; ein Theil, welcher das Gehirn, den Ursprung aller Nerven, in sich faßt Der Kopf mußte auf Wirbelbeinen, deren sechse den Hals ausmachen, getragen, und durch bewegliche Musceln regieret werden. Die Brust, darinne die Lunge, und das Herz, verwahret liegen, mußte erhaben seyn. Zwölf Wirbelbeine, so aufeinander gefügt den Rückgrad, oder das Kreutz, ausmachen, mußten mit zwölf Rieben, deren sieben in einem Knorpel zusammentreten, und das Brustbein der vördern verschlossenen Theile der Brust formiren, ein hohles leeres Revier darstellen, um denen so nöthigen Lebenswerkzeugen Platz und Raum zu verstatten. Das Zwergfell scheidet die Brust von dem Unterleibe; er ist weich, und die in einem Circkel sich vereinigenden Musceln verwahren den Magen, die Gedärme, die sechsmal länger zu seyn pflegen, als der Mensch, das Gekröse, die Leber, die Milz, das Netz, dessen Fett dem Magen zur Decke dienet, die Nieren, nebst den dienlichen Erzeugungstheilen. Die biegsamen Gliedmassen, ohne deren Beyhülfe wir nichts zu verrichten im Stande sind, sind die längsten zu willkührlichen Bewegungen bestimmte Theile. Ein Baum ohne Wurzeln und Zweige ist

ein Klotz, der weder wachsen noch grünen kann; und könnte man sich wohl etwas ähnlichers vorstellen, wenn man den Menschen seiner Arme und Füsse berauben wollte?

§. 3.

Erklärung.

Die Seele nenne ich die einfache würksame Kraft, die in einem beständigen und unaufhörlichen Bestreben beschäfftiget, zu bestimmen, und in ihrer Kraft bestimmt zu werden, Veränderungen, Vorstellungen zu haben, und zu bewegen.

§. 4.

Anmerkung.

So lange die Seele noch nicht in einer Vereiniaung mit dem Körper stehet, läßt sich von ihr nichts anders, als die blosse Kraft, gedenken, Vorstellungen zu haben, und zu bewegen. (percepturitio, moturitio.) Und dieses sind die elementarischen Kräfte der Seele, darinne die übrigen alle gleichsam eingeschlossen liegen. Soll also diese Kraft der Seele würksam und thätig werden, so erfordert sie einen Körper, der ihre Kraft bestimmt. So bald diese Vereinigung vor sich geht, muß die Seele ihre Kraft äussern. Sie fängt an, den

Körper

Körper zu bewegen, sie bekommt Vorstellungen von denen ausser seyenden Körpern. Und hierinne bestehen die ersten Veränderungen. Empfindungen, und Bewegungen, sind also blosse Bestimmungen der Seele, die auf den Körper sich beziehen. Ueber gesammlete Empfindungen, so man Erfahrungen nennt, könnten wir reflectiren, sie in Vergleichung stellen, das Aehnliche und Unähnliche wahrnehmen, in allgemeine Begriffe verwandeln, darauf sich babylonische Gebäude aufführen lassen, wir können uns der vormals empfundenen Dinge erinnern, und einzelne Empfindungen miteinander verbinden. Und also sind die jetzt angegebenen Würkungen der Seele Bestimmungen derselben, Verhältnisse, die sich zugleich auf äussere Dinge beziehen, und die man, ohne der letztern Daseyn, ohnmöglich der Seele einräumen kann. Der Wille ist eine Bestimmung der Seele, so sich nach erkannten Dingen äussert, und sich durch Neigung, oder Abscheu, zu erkennen giebt. Nichts kann ein Vorwurf der wollenden Seele seyn, als was wir erkannt haben; es läßt sich nichts gedenken, als was vorher durch die Sinne erkannt worden. Alle Bestimmungen der Seele gehen also in Empfindungen zurück; diese sind daher die erste Grundlage zu aller unserer Erkenntniß. Verläßt uns also der Körper, so hören die Bestimmungen

der Seele auf, die in dem Körper gegründet sind; die blosse Kraft, ihre natürliche Würkungen hervorzubringen, bleibt ihr übrig, und kann nicht eher wieder lebendig werden, bis sie durch die Umfassung eines Körpers bestimmt wird. Wird man sich wohl überreden können, als habe Adam vor dem Einblasen eines vernünftigen Odems in seine Nase Empfindungen und Bewegungen gehabt? Zu den Empfindungen erfordere ich drey Stücke, einmal körperliche Vorwürfe, so uns die Welt im Ueberflusse darstellet, zweytens sinnliche Gliedmassen, die einen Eindruck von den ausserordentlichen sinnlichen Dingen annehmen, drittens ein Wesen, so den gemachten Eindruck erkennet, unterscheidet, und beurtheilet. Und dieses nennen wir die Seele. Als Adam, nach dem Berichte Mosis, aus einem Erdenklose gebildet war, so waren blos die beyden ersten nöthigen Stücke vorhanden; und da mithin die Seele, als ein Hauptconcurrens, noch fehlte, so läßt sich nicht gedenken, Adam habe vor dem Einblasen des lebenden Odems Empfindungen gehabt. Willkührliche Bewegungen werden von der Seele veranlasset; folglich können sie auch nicht angenommen werden, denn die natürlichen und Lebens-Bewegungen erfordern einen Einfluß des Nervensaftes, so man die Lebensgeister nennet. Der Einfluß des Nervensaftes in die

die elastischen Muscelн verlanget einen Anstoß; wo ist aber die anstossende Kraft herzuleiten? Da, wo der Ausfluß der Lebensgeister anfängt, da, wo alle Nerven sich vereinigen, da, wo die beschäfftigte Seele ihren Thron einnimmt. Mithin fällt also alle Bewegung der animalischen Oeconomie, als erdichtet, über den Haufen, wenn man sich solche bey einem Adam vor der Vereinigung der Seele vorstellet.

§. 5.
Erklärung des menschlichen Lebens.

Die endliche Reihe der Veränderungen, die aus der Vereinigung der Seele mit ihrem Körper fliessen, nennen wir das menschliche Leben.

§. 6.
Zusatz.

Das menschliche Leben wird also durch die Vereinigung der Seele mit ihrem Körper bestimmt. §. 5. Mithin dauert dasselbe so lange, als diese Vereinigung statt hat.

§. 7.
Anmerkung.

Man bilde sich nicht ein, es verhalten sich Leib und Seele harmonisch, als kämen auf ei-

nen göttlichen Befehl die Veränderungen der Seele mit den Veränderungen des Körpers überein, ohne, daß die Seele von ihrem Körper, und der Körper von seiner Seele, bestimmet würde. Eine Neigung, die der Allmacht und Weisheit Gottes schnurstracks zuwiderlauft, die Kräfte der Natur erniedrigt, und der Erfahrung stündlich widerspricht.

§. 8.

Anmerkung.

Man wird sich zweifelsohne verwundern, daß ich, in Bestimmung des menschlichen Lebens, der Seele Erwehnung thue. §. 5. Und ich behaupte, zum Trutz der größten Mechanisten, man müsse den Anfang des Lebens in der kraftvollen Würckung der Seelen setzen. Was ich in dem §. 2. und 4. beygebracht, rechtfertiget meine Sätze, so mit mehrern Gründen könnte bestätiget werden, wenn es gegenwärtige Gelegenheit erlaubte. Ich würde ebenfalls mich von meinem Vorhaben entfernen, wenn ich die Gebuhrt des Menschen und Fortpflanzung detailliren wollte. Ich würde lauter Meynungen anführen müssen, und da ich nicht zu Meynungen gebohren bin, noch mich dazu verbindlich erachten kann, so werde meine eigene Gedanken davon mittheilen. Aber vielleicht würden auch diese bey

andern

andern zu einer Meynung werden. Und so würde ihr Schicksal mich völlig beruhigen. Indessen recommendire ich bey dieser Materie die ohnlängst herausgekommene *Venise Metaphysique où pensées comment l'ame humaine se à Berlin 1752.*

§. 9.

Lehrsatz.

Das menschliche Leben bestehet in einem endlichen Fortgange der Veränderung, und beständigen Abwechselung der Bestimmungen, die aus dem Wesen des Menschen, das ist, aus der Vereinigung der Seele mit ihrem Körper, fliessen. §. 5. Der menschliche Körper ist zu Bewegungen aufgelegt, und seine sinnliche Gliedmassen können Anlaß zu Empfindungen geben. §. 1. Die Seele äussert ein unaufhörliches Bestreben, Empfindungen zu haben, und die darinne gegründete Würckungen auseinanderzuwickeln, darneben, in Absicht auf den Körper, zu bewegen. §. 3. Folglich müssen die Veränderungen, in deren endlichen Reihe das Leben des Menschen zu setzen, Empfindungen, nebst den daraus fliessenden Würckungen und Bewegungen, seyn, u. s. w.

§. 10.

Erklärung.

Wir nehmen wahr, das Herz, der Puls, die Brust, der Magen, nebst den Gedärmen,

und übrigen Muscheln, bewegen sich zuweilen wider unsern Willen, ohne, daß wir uns der Bewegung bewußt sind, ohne, daß wir sie hemmen, oder gänzlich aufheben sollten. Wir befinden aber auch, wie wir, nach unserm Belieben, den Kopf aus den Schultern werfen, mit Händen, und Füssen, allerhand Bewegungen verrichten können. Diejenigen Bewegungen, die von unserm freyen Willen abhangen, werden willkührliche genannt; die hingegen, ohne unser Bewußtseyn, als ein perpetuum mobile, fortgehen, heissen freywillige Lebensbewegungen. Die zum Theil unserm Willen unterworfen sind, zum Theil aber freywillig fortdauern, als das Athemholen, die Zusammendrückung des Unterleibes, heissen vermischte Bewegungen.

§. 11.

Erklärung.

Empfindungen sind Gedancken von äusserlichen in unsere sinnliche Gliedmassen würckenden Körpern. So viele sinnliche Gliedmassen sich daher zeigen, so viele Sinnen und Empfindungen hat man anzunehmen Ursache. Das Gefühl erstreckt sich über den ganzen Körper, weil allenthalben Nerven hinlaufen; wir unterscheiden hierdurch Kälte und Wärme, glatte und rauhe Körper, weiche und flüßige

Sub-

Substanzen machen sich hierdurch kenntbar. Das Gehör beurtheilet die erstaunende Mannigfaltigkeit der Töne, die Menschen, Thiere, und Saiten von sich geben. Der Geschmack, darzu die Zunge und Drüsen dienen, empfindet die aufgelösten Saltze, erkennet das Süsse, Saure, Bittere, und Herbe. Die lüsterne Nase fängt die in der Luft schwärmenden Körper auf, empfindet bald deren Anstoß, bald ein Prückeln, beurtheilt die Schädlichkeit der Speisen, und die Kräfte der Pflanzen. Das scharfe Auge bemercket die spielenden Farben, die Entfernung der Beter, die Grösse, und Höhe, die Länge, und Tiefe. Und wer wird es uns verwehren, wenn wir den Durst, und Hunger, und den natürlichen Trieb zu einem ehelichen Leben, hieher setzen? Es sind Empfindungen, und haben ihren angewiesenen Ort.

§. 12.

Erklärung.

Die sich in unsere Sinne einschleichenden Bilder sind wir vermögend zu behalten, uns derselben zu erinnern, und sie mit einem Bewußtseyn zu begleiten, sie vormals gehabt zu haben. Dahero legen Empfindungen den Grund zu der Imagination und Gedächtniß. Wir können gesammlete Empfindungen gegeneinander halten, ihre Aehnlichkeit und Unähn-

Unähnlichkeit angeben; Und folglich urtheilen, Witz und Scharfsinnigkeit ausüben. Wir sind fähig, einige von denen einzeln empfundenen Dingen fahren zu lassen, einige uns alleine vorzustellen; und so kommen wir durch die Absonderung zu allgemeinen Begriffen, darzu Empfindungen den Stof darreichen müssen. Und hierinne zeiget sich die wunderbare Kraft der Seele, die sich unter einerley Wesen so verschieden bestimmen lässet, und so vielfältige Verhältnisse annehmen kann. Gleichermassen verhält es sich auch mit dem Willen des Menschen.

§. 13.

Lehrsatz.

Das menschliche Leben setzen wir in einer endlichen Dauer der Empfindungen, und hierinne gegründeten Folgen, und Bewegungen. §. 5. Empfindungen sind Hören, Riechen, Schmecken, Fühlen, Sehen, Dursten, Hungern, und sich nach einem ehelichen Leben sehnen. §. 11. Die hierdurch entwickelten Kräfte der Seele sind die Imagination, das Gedächtniß, die Beurtheilungskraft, Witz, und Scharfsinnigkeit, Reflexion, die Kunst zu dichten, zu observiren, und Schlösser von abstracten Materien aufzuführen, §. 11. Bewegungen sind, theils willkührliche, theils frey-

freywillige, §. 10. theils vermischte. §. cit. Folglich bestehet das Leben des Menschen in einer endlichen Reihe derer willkührlichen, freywilligen, vermischten Bewegungen, des Hörens, des Sehens, des Schmeckens, des Hungers des Durstes, des Gefühls, des Triebes, sich zu gatten, der Imagination, des Gedächtnisses, der Beurtheilungskraft, des Witzes, und Scharfsinnigkeit, der Attention, und Reflexion, der Abstraction, u. s. w.

§. 14.

Anmerkung.

Wie viele werden diesen einigen Lehrsatz angreiffen? Ich sehe die Pfeile im voraus, und werde ihnen entgehen können. Ich gestehe, Kinder können noch nicht alle diese Kräfte ausüben. Dieses aber hebt ja nicht die Möglichkeit auf, von der hier die Rede ist; und so wenig können auch Bauern und unerzogene, und vor dem Musenglanze versteckte Leute mir zum Nachtheil angeführet werden. Sie haben alles mit Gelehrten gemein. Empfindungen, die hieraus sich entdeckenden Vollkommenheiten der Seelenbewegungen, werden allen zu Theil. Nur wird die Uebung, Unterricht, Unterweisung, nöthig seyn, die Kräfte der Seelen zu reinigen, zu läutern, und sie in Glanz zu setzen.

Wie nöthig, wie heilsam, wie ersprießlich wäre es einer Republique, wenn auf angegebene Art alle, kein Geschlecht ausgenommen, so zu Empfindungen gewöhnet würden, daß Witz, und Scharfsinnigkeit, und Vernunft, mit prächtigem Glanze hervorträten? Wie würden die sanften Triebe der Tugend der Demuth, Gottesfurcht, Ehrbarkeit, Sanftmuth, Gelassenheit, und Mildthätigkeit, zum Wohl des Landes, allgemeiner werden. Wie ist es möglich, einen geheiligten, einen reinen, einen von anklebenden Schlacken befreyten Willen, vor Gott und der Welt, zu zeigen, wenn denen Sinnen die Deutlichkeit entzogen, dem Witz die Uebung geraubet, der Scharfsinnigkeit und Vernunft Finsternissen des Aberglaubens, der Dummheit und Unwissenheit, vorgesetzet werden. Trifft nicht die vor tausend Jahren gethane Prophezeyhung eines heydnischen Poeten ein?

Aetas parentum, peior auis, tulit
Nos nequiores, mox daturos
Progeniem uitiosiorem.

Ein M. FABIVS QVINTILIANVS giebt die Ursache dieses Verderbens deutlich an. Er klagt in seinem Dialogo de caussis corruptae eloquentiae p. m. 94. §. XXIIX. die Faulheit der Jugend, die Nachläßigkeit der

Eltern,

Eltern, die Unwissenheit der Lehrenden, an. *Quis enim ignorat*, heißt es daselbst, *et eloquentiam, et caeteras artes desciuisse ab illa uetere gloria non inopia hominum, sed desidia iuuentutis, et negligentia parentum, et inscientia praecipientium, et obliuione moris antiqui.* Kurz darauf fähret er fort: *Iam primum suus cuique filius ex casta parente natus non in cella emtae nutricis, sed gremio ac sinu matris educabatur, cuius praecipua laus erat, tueri domum et inseruire liberis. Eligebatur autem aliqua maior natu propinqua, cuius probatis, spectatisque moribus omnis cuiuspiam familiae soboles committeretur, coram qua neque dicere fas erat, quod turpe dictu, neque facere, quod inhonestum factu uideretur. Haec non studia modo, curasque, sed remissiones etiam lususque puerorum sanctitate ac uerecundia temperabat.* Und §. XXIX. schreibt er: *At nunc natus infans delegatur graeculae alicui ancillae.*

§. 15.

Erklärung.

Die freywilligen Bewegungen (*motus spontanei*) §. 10. beziehen sich entweder auf den Anlauf des Geblüts, und dessen innere Bewegung, oder sie dienen zur Dauer und Vollkommenheit des menschlichen Lebens.

Die

Die ersten Bewegungen, wodurch der Umlauf des Geblüts durchs Herz, und ihm anhängende Gefässe, bewerckstelliget wird, heissen die Lebensbewegungen. Dahin die Alten die Wärme, das Athemholen, und den Pulsschlag, rechneten. Die Letztern intendiren entweder die Erhaltung eines einzeln Menschen, oder sie haben die Fortpflanzung desselben zum vorgesetzten Ziele. Die erstern Handlungen heissen die **natürlichen**. Dahin gehören die Speisen, wie selbige im Munde gekauet, zum Magen gebracht, in einen Nahrungssaft verwandelt, zur Ergänzung des Geblüts, und der übrigen Säfte, wie auch zur Erhaltung der festen Theile, angewandt werden. Die thierischen Bewegungen begreiffen Ruhe und Bewegung, das Schlafen und Wachen, unter sich.

§. 16.

Zusatz.

Da zur Dauer des menschlichen Lebens die willkührlichen Handlungen gehören, §. 10. diese aber den schnellen Umlauf der Säfte, das ununterbrochene Athemholen, die Kauung der Speisen, deren Veränderung in einen dauerhaften Nahrungssaft, die Entstehung des Geblüts, und der übrigen Säfte, die Erhaltung der festen Theile, die Fortpflanzung des menschlichen Geschlechts, befördern; §. 15. so erhellet zur Gnüge, daß die nur erwehnten Hand-

Handlungen zum Fortgange des menschlichen Lebens abzielen.

§. 17.

Erklärung.

Wir nennen denjenigen gesund, der auf eine leichte, bequeme und hurtige Art diejenigen Handlungen auszuüben fähig ist, die aus seinem Wesen, aus der Vereinigung der Seele mit ihrem Körper, natürlich folgen. §. 5.

§. 18.

Zusatz.

Die Gesundheit des Menschen besteht in einer fertigen Ausübung derjenigen Verrichtungen, die aus der Vereinigung der Seele mit dem Körper begreiflich sind. §. 17. Diese aber sind Empfindungen, und Bewegungen. §. 9. Folglich erfordert der Begriff der menschlichen Gesundheit eine muntere und ungehinderte Betreibung der Bewegungen, der Empfindungen, und der hieraus fliessenden Folgerungen.

§. 19.

Zusatz.

Die Idee der Gesundheit supponiret eine muntere Betreibung der Bewegungen. §. 18.

Diese aber sind theils willkührliche, theils freywillige, theils vermischte, §. 10. folgends erfordert der Gesundheitszustand eine active und ungehinderte Ausübung der freywilligen, willkührlichen und vermischten Bewegungen.

§. 20.

Zusatz.

Die Gesundheit erfordert die Ausübung der freywilligen Bewegungen. §. 19. Diese sind zum Theil die Lebensbewegungen, theils die natürlichen Bewegungen, §. 15. folglich erfordert der gesunde Zustand eines Menschen die beständige und gehörige Ausübung der Lebens- und natürlichen Bewegungen, §. 15. und also einen hurtigen, lebhaftigen Umlauf des Geblüts, die dienlichen Absonderungen der Säfte, eine freye Respiration, einen natürlichen Puls, eine vollkommene Kauung der Speisen, ein ungehindertes Hinunterschlucken, eine gute Verdauung, die Entstehung des Geblüts, und der übrigen Säfte, die Erhaltung der festen Theile, einen natürlichen Schlaf, und ein natürliches Wachen. §. 15.

§. 21.

Lehrsatz.

Zur Gegenwart der fürtrefflichen Gesundheit ist der fertige Gebrauch der Sinne

nothwendig. §. 17. Diese Empfindungen aber bestehen, nach ihrer Vollkommenheit, in der Schärfe des Gefühls, des Hörens, des Sehens, des Riechens, in einem natürlichen Appetite, natürlichen Durst, und moderaten Neigung zu denen ehelichen Pflichten. §. 11. Folglich, will einer sich einer beständigen vollkommenen Gesundheit rühmen, so muß er keinen Mangel am Gehör, am Geruch, am Sehen, Geschmack, und Gefühl, am Appetite, am Durst, und an der Neigung zum ehelichen Leben haben. W. Z. E.

§. 22.

Lehrsatz.

Besitzt einer den edlen, den theuren Schatz der Gesundheit, so muß er die Verrichtungen auszuüben fähig seyn, darzu die Seele durch Empfindungen veranlasset wird. §. 17. 18. Nun aber sind die Kräfte, die die Seele, vermittelst der Empfindungen, entwickelt, Einbildungskraft, Gedächtniß, Beurtheilungskraft, Witz, Scharfsinnigkeit, Vernunft, die Kunst zu abstrahiren, 2c. §. 12. Folglich rechnen wir mit Grunde zu einer vollkommenen Gesundheit eine gute Einbildungskraft, Gedächtniß, Beurtheilungskraft, Witz, Scharfsinnigkeit, Vernunft, die mit dem Zusammenhange der Dinge sich beschäfftiget. W. Z. E.

§. 23.

Erklärung.

Das, woraus wir die Gegenwart eines Dinges erkennen, heisset ein Kennzeichen.

§. 24.

Lehrsatz.

Die Gegenwart einer erwünschten Gesundheit ergiebet sich aus einem freyen, lebhaften Umlaufe des Geblüts, aus einer muntern Abscheidung der Säfte, aus einem beständigen Fortgange der so heilsamen Se- et Excretion, aus einer ungehinderten Respiration, einem natürlichen Puls, einer natürlichen Wärme, aus einer vollkommenen Kauung, Verschluckung und Verdauung der genossenen Speisen, aus einem leichten, commoden Stuhlgange, und aus einem natürlichen Schlafe. §. 20. Die Gegenwart der Gesundheit entdecket sich durch die Schärfe der Empfindungen, durch einen natürlichen Geschmack, Geruch, Gehör, Sehen, Fühlen, durch einen natürlichen Durst, Hunger, und Appetit, durch eine moderate Neigung zur ehelichen Gesellschaft, durch eine richtige Einbildungskraft, durch das Gedächtniß, durch Witz, durch Scharfsinnigkeit, durch Vernunft. §. 21. 22. Nun aber sind das Merkmale eines Dinges, woraus sich die Gegenwart

wart desselben erkennen lässet. §. 23. Folglich sind die angegebenen Bestimmungen untrügliche und sichere Marquen einer Gesundheit, nemlich

1. ein freyer Umlauf des Geblüts, die Abscheidungen der Säfte, Se- et Excretiones, eine ununterbrochene Ausdünstung, Abscheidung und Fortgang des Urins;
2. eine leichte und commode Respiration, natürlicher Puls, und natürliche Wärme;
3. eine ungehinderte Kauung, ein leichtes Schlucken, gute Verdauung, leichter und ordentlicher Stuhlgang;
4. natürlicher Schlaf;
5. ein gutes Gehör, Sehen, Schmecken, Riechen, Fühlen, natürlicher Appetit, natürlicher Durst, moderater Trieb zum Ehestande, und dessen Pflichten;
6. Ausübung der Einbildungskraft, des Gedächtnisses, der Fiction, des Witzes, der Scharfsinnigkeit, der Vernunft, und eine behende Ausübung der willkührlichen Bewegungen, u. s. w.

§. 25.

Zusatz.

Hieraus §. 1. bis 24. ergiebet sich deutlich, worinn eigentlich das Wesen und der Character

racter des Temperaments bestehet. Es ist eine bestimmte Proportion der Bewegungen und Empfindungen, §. 5. eine bestimmte Proportion der Einbildungskraft, des Gedächtnisses, des Witzes, der Scharfsinnigkeit, und der Vernunft. §. 11. 24.

§. 26. [a]

Erklärung.

Das menschliche Leben ist in einer endlichen Reihe der Veränderungen eingeschlossen, §. 5. und nach der Dauer dieser Reihe muß die Kürze und Länge des menschlichen Lebens gemessen werden. Wir müssen also die Anzahl der Jahre zum Maaßstabe nehmen, um darnach die Dauer des Lebens zu bestimmen. Je mehrere Jahre einer demnach die Reihe der Veränderungen, die aus der Vereinigung der Seele mit dem Körper fliessen, üben und fortsetzen kann, destolänger lebet er.

§. 26. [b]

Erklärung.

Diätetischer Unterricht heisset bey mir ein Inbegriff derjenigen Vorschriften, die zu einem gesunden §. 17. und langem §. 25. Leben §. 5. abzielen.

§. 27.
Vorhaben des Autors.

Nachdem ich nunmehro deutlich gewiesen, worinn das menschliche Leben, §. 5. worinn ein gesundes, §. 17. worinn ein langes Leben, §. 25. zu setzen, auch gemeldet worden, was man unter einem diätetischen Unterrichte zu gedencken habe, so befiehlet anjetzo mein Vorhaben, die Grenzen dieses Unterrichts genauer einzuschränken. Ich werde hier blos dem schönen Geschlechte zu dienen suchen, deren Wohl wird meiner Feder ernsthafter Vorwurf seyn. Ihnen, Kronen des Landes, widme ich meine eilfertige Gedancken, um öffentlich zu zeigen, wie höchstersprießlich es der Republique sey, sich eifrig um ein gesundes, um ein langes Leben derer Frauenzimmer bekümmern. Wie werde ich mich aber hierbey zu verhalten haben? Wie werde ich es allen zu Dancke machen können? Ich sehe verschiedene Arten vom Frauenzimmer. Ich erblicke von meiner Schaubühne, oder vielmehr von meiner verborgenen Warte, Jungfern, Demoisellen, Fräuleins, Dames, Wittwen, Frauen; Und eine vierte Art, die sehr ofte unter den beyden letztern Sorten verborgen liegt. Ich weiß sie nicht zu nennen. Sie sind ein wenig gar zu unbekannt, zumahlen in Jena, auf dessen erdigten Spitzen meine Warte

liegt. Und, wenn ich den Namen sagte, so müßte gewiß besorgen, eine cimmerische Dunkelheit über meine Schrift auszubreiten, da das schöne Geschlecht eine helle, eine deutliche, eine lehrreiche Schreibart von mir hoffet.

§. 28.

Eintheilung.

Aus dem obigen muß ihnen erinnerlich seyn, wie ein ungestörter Umlauf des Geblüts, eine beständige Absonderung der Säfte, in einer Munterkeit fortgehende Se- et Excretiones, eine gelinde Ausdünstung, ein natürlicher Puls, natürliche Wärme, eine freye Respiration, ein leichtes Kauen, Schlucken, gute Dauung, commoder, auch ordentlicher Stuhlgang, ein natürlicher Schlaf, ein aufgeräumtes Gemüth, ein ordentlicher Gebrauch der Empfindungen, guter Appetit, natürlicher Durst, ein moderater Trieb zur ehelichen Liebe, Ausübung der willkührlichen Bewegungen, der Einbildungskraft, des Gedächtnisses, der sinnreichen Fiction, des Witzes, der Scharfsinnigkeit, der Vernunft, 2c. wie alle diese Stücke zu dem so königlichen Besitz der Gesundheit gehören, haben sie oben §. 24. mit mehrern vernommen. Der diätetische Unterricht §. 26. wird demnach lehren müssen, wie die freye Circulation zu erhalten, wie das heilsame Geschäff-

schäffte der Se- et Excretionum zu unterstützen, wie die Respiration, die Wärme, der Puls, die Kauung, das Schlucken, die Verdauung zu befördern, wie der natürliche Stuhlgang, die monatliche Reinigung, als wichtige Stützen des weiblichen Baues, ununterbrochen fortgehen, wie der natürliche Schlaf zu besorgen, wie das Gemüth zu ermuntern, wie die willkührlichen Bewegungen anzustellen, wie die Sinne zu schärfen, wie die Einbildungskraft zu beleben, das Gedächtniß zu stärken, Witz, Scharfsinnigkeit und Vernunft zu erhöhen, der Durst, Appetit zum Essen, und der natürliche Trieb zu einer Lebensart, wo zwey Paar Schuhe vor dem Bette stehen, in Vigeur und moderatem Grade zu conserviren. Von diesem gedankenreichen Stoffe läßt sich auf einmahl nicht viel gedencken; wir müssen unsere Waare in wohlabgetheilten Fächern darstellen, damit sie in die Augen falle, damit die Curiosite rege gemacht, und die Kaufbegierde heiß werde. Und woran, sagen sie mir, soll ich anfangen? Ich werde ihnen so viel Pflichten ankündigen, als sie Regeln bekommen. Die Vollkommenheit verpflichtet uns alle; sie verspühren, wenn sie es gleich nicht deutlich von sich geben können, eine heftige Regung, sich vollkommen zu sehen. Diesem Triebe reiche ich Futter. Erkennen sie sich demnach verpflichtet, ihre Vollkommen-

heiten zu suchen, so muß in ihrer Brust eine Begierde lodern, sich gesund, sich schön zu sehen, Gesundheit und Schönheit, so weit die Kunst der Aerzte reicht, auf einen dauerhaften Fuß zu setzen. Sie sind also verbunden, die Regeln der Schönheit, den Unterricht zur Gesundheit mit folgsamen Händen anzunehmen, in soferne ihre Vollkommenheiten dadurch befördert werden. Ich merke, sie empfinden bereits die Verpflichtung zu denen Schönheits- und Gesundheits-Regeln; sie sind begierig, die Regeln zu vernehmen. Allein, ich weiß in der That noch nicht, in welcher Ordnung ich meine angefüllten Fächer präsentiren soll. Soviel schliesse ich, daß ich zwo reichangefüllte Kästgen mitbringen muß, eins, so die Gesundheits-Regeln zeigt, das andere, welches ihnen die Schönheits-Mittel darstellet. Lauter Arcana, hochgepriesene, unschätzbare Arcana. Freuen sie sich zum voraus. Auch soviel lehrt mich mein Raisonniren, daß ich mich verpflichtet achte, den Gesundheitskasten zuerst vorzuzeigen. Und fragen sie, warum? Die Gesundheit ist schätzbarer, als die Schönheit. Gesunde Gliedmassen zu haben, ist eine grössere Vollkommenheit, als mit einer vergänglichen Schönheit zu prangen. Wenn aber zwo Pflichten miteinander streiten und kämpfen, so muß ohne Schwerdstreich, ohne Blutver-

gieſſen,

giessen, die schwache der starken nachgeben. Und gewiß, diese Regeln observiren sie alle Tage. Zwo Haupt-Abschnitte wären also fertig: davon der erstere die Pflichten gegen die Gesundheit, der andere die Pflichten gegen die Schönheit, vorträgt.

Von den Pflichten gegen die Gesundheit.

§. 29.

Fernere Einleitung.

Hier sehe ich mich in gleicher Verwirrung. §. 28. Es präsentiren sich dem Denken gar zu viel Bilder auf einmahl. §. 27. Unser Verstand kann solche nicht zugleich fassen. Er zürnet über seine enge Grenzen, und ich gewiß über ihn. Allein, vergebens. Bey einer circulmäßigen Reihe von Vorstellungen erblicket man weder Anfang, noch Ende. Es gehören gar zu viele Umstände und Bestimmungen zum Daseyn der Gesundheit; und alle Erfordernisse hangen kettelweise aneinander. Der Umlauf des Geblüts, die Absonderung der Säfte in denen so künstlich gebaueten Absonderungsgefässen, Ausdunstung, Puls, Wärme, Athemholen, Kauen, Schlu-

cken, Verdauen, zu Stuhle gehen, Schlafen, Wachen, Ruhen, sich bewegen, Fühlen, Riechen, Schmecken, Sehen, Hören, Hungern, Dursten, Einbildung, Gedächtniß, Beurtheilen, Witz, Scharfsinnigkeit, Dichten, Vernunft, und so weiter, alle diese Veränderungen des Menschen laufen ineinander, §. 28. sie führen mich in ein Labyrint, daraus mich die Ariadne allein zu führen geschickt ist. Und mir deucht, sie giebt mir einen Faden, um meine Seele aus dem Irrwahn meiner Gedanken zu setzen. Die willkührlichen Bewegungen, §. 8. alle Arten der Motionen, würden wohl schwerlich statt finden, wenn die Lebensbewegungen, und natürlichen Verrichtungen nicht fortdauerten. §. 10. Wir sehen uns mithin gerechtfertiget, zuerst die Pflichten vorstellig zu machen, die das schöne Geschlecht denen Lebensbewegungen und natürlichen Verrichtungen der thierischen Economie schuldig ist. Lebensbewegungen sind Bewegungen, die ohne unser Wissen und Willen fortdauern. Sie sind Bewegungen, folglich erfordern sie einen Einfluß der Lebensgeister in die beweglichen Musceln des Herzens, und übrigen Pulsadern. Der schnelle Eintritt der Lebensgeister supponirt deren Gegenwart, ihre Gegenwart deren Abscheidung, die Abscheidung derselben erfordert eine flüßige Materie, wovon sie können geschieden werden. Die flüssige

sige Materie, die zur Entstehung dieses feinen Saftes dienet, müssen subtile, gereinigte, flüßige, zarte Theile seyn, die endlich aus dem Geblüte ihre Quelle nehmen. Und also kommen wir wieder zu denen in einem Circul laufenden Säften. Und die Erwegung des Umlaufs des Geblüts erfordert einmahl elastische, wechseisweise sich zusammenziehende, miteinander verbundene und communicirende Gefässe, zweytens eine zu überwindende Resistence und Widerstand, den die Natur der Trennung fähig macht. Die Gefässe sind das Herz, das immer schlagende Herz, die Pulsadern, die den rothen Saft zu allen Theilen austheilen, die blauen stillen Blutadern, die da anfangen, wo die ersten aufhören, und das von dem Herzen rollende Geblüt zu seiner Quelle zurückführen. Die Gegenwart des Geblüts, um meinem Denken zu folgen, verlanget Nahrung und Futter. Es würde gar bald sich verzehren, wenn die Zufuhre eines frischen Proviants abgeschnitten würde. Diese das zergehende Geblüt ersetzende Materie heisset der Nahrungssaft. Der weisse Nahrungssaft wird in dem warmen Magen, wo alle Geräthschaft einer Gärung vorhanden ist, aus denen Speisen gezeuget. Die genossenen Speisen steigen durch die Speiseröhre zum Magen; ehe dieses geschiehet, müssen sie im Munde gekauet werden. Und

nun=

nunmehro sehe ich den Hafen, wo mein Schiff freudig einzulaufen sucht. Ich sehe die starke Verbindlichkeit, von denen Pflichten eines Frauenzimmers gegen Essen und Trinken zuerst zu reden Und das muß ihnen angenehm seyn. Hält nicht, nach dem bekannten Satze, Essen und Trinken Leib und Seele zusammen? Aber zweytens werde ich die Motionen, die Leibesübungen, nach Würden erheben. Drittens muß ich zeigen, wie die Sinne in ihrer Stärke zu erhalten. Viertens werden sie vernehmen, welche Pflichten sie der Einbildungskraft, dem Gedächtnisse, dem Witz, der Scharfsinnigkeit, der Vernunft, dem sinnreichen Dichten, zu zahlen haben. Fünftens werde insonderheit zu Gemüthe führen, welche Pflichten eine Jungfer, eine Wittwe, eine Frau en particulier zu beobachten hat. Und sie sehen hiermit die fünf Hauptfächer, die den Gesundheitskasten ausmachen. Ein jedes Fach hat wiederum seine vielfältige Abtheilungen, und wir müssen die fürtrefflichen Waaren stückweise und einzeln betrachten, wenn wir von dem Schönen des Ganzen uns überzeugen wollen. Ich halte ihre Neugierde nicht länger auf; ich ziehe das obere Fach hervor. Die Etiquete ist

I. Pflich-

I.
Pflichten eines Frauenzimmers gegen Essen und Trinken.

§. 30.
Erfahrung.

Ich mache ihnen aus der täglichen Erfahrung bekannt, wie der fortdauernde Umlauf des Geblüts, ohne Genuß der flüßigen und festen Speisen, die Säfte scharf macht, die Lebensgeister verfliegen, die Kräfte des Körpers vergehen, alle Bewegungen werden matt, das Gemüth wird zu allen Handthierungen ungeschickt, ja es erfolgt endlich der schleunigste Tod. Da hingegen der ordentliche Gebrauch der Speisen und des Tranks den Körper in seiner Lebhaftigkeit erhält, und das Band der Seele mit dem Leibe dauerhaft macht. Wir leugnen zwar nicht, daß Personen viele Jahre, ohne zu essen und zu trinken, hingebracht; Allein, dieses sind ausserordentliche Fälle, die in gesunden Tagen nicht vorkommen.

§. 31.
Erklärung.

Wenn sie sich prüfen, so werden sie an sich wahrnehmen, daß sie, nach vorhergehender Ueber-

Ueberlegung, sich zu etwas entschliessen können. Sie können sich besinnen; Sie können etwas wollen, und nicht wollen; Sie können etwas thun, aber auch lassen; Kurz: Sie haben einen freyen Willen. Die Handlungen, die aus der Freyheit entstehen, heissen freye, willkührliche, ungezwungene, moralische Handlungen. Sie nehmen ferner bey sich wahr, daß sie gewisse Ursachen haben, warum sie dieses oder jenes wollen, oder nicht wollen. Und also handeln sie nach Bewegungsgründen, die allezeit die Vorstellung des Guten, oder des Bösen, einer Vollkommenheit, oder Unvollkommenheit zum Ursprunge haben. Diejenigen Sätze, wornach wir unsere freye Handlungen einrichten, heissen Gesetze, Vorschriften, Regeln, Befehle der Natur. Wenn sie mit gehörigen Bewegursachen ihre Handlungen rechtfertigen und entschuldigen können, so zeigen sie, daß eine natürliche Verbindlichkeit ihnen obgelegen, etwas zu thun, und zu lassen. Ich verbinde, ich verpflichte, ich nöthige sie also zu etwas, wenn ich ihren beugsamen Willen durch triftige Bewegungsgründe lenke. Ich kann ihnen also befehlen, ich habe die Macht, ihnen anzukündigen, thun sie dieses, unterlassen sie jenes; Allein ich habe diese Gewalt nur, in soferne ihnen die guten und bösen Folgerungen meiner Befehle deutlich

lich vor Augen lege, in soferne ich ihr Wohl und Weh zum Augenmerk habe, in soferne ich starke Bewegungsgründe aus der majestätischen Stimme der Natur an ihr folgsames Herz bringe. Und ohngeachtet ich sie also binden und verbinden kann, so haben sie dennoch die Freyheit, zu thun und zu lassen. Wer würde so grausam seyn, die Holden des Landes zu zwingen? Nein, nein, ich zeige ihnen andere Bande, Bande der Vernunft, Bande der Vollkommenheit, Bande, die kein Scheingut, keine eitele Ehre, keinen blendenden Kronenglanz, kennet.

§. 32.

Erste Pflicht.

Sie sind verpflichtet, zu essen und zu trinken. Leben entdecket eine Vollkommenheit, §. 5. sie sind verbunden, ihre Vollkommenheiten zu suchen, zu vermehren, und zu verstärken. §. 28. und 31. Ohne Essen und Trinken ist das Leben von keiner Dauer. §. 30. Folglich ist mein Satz erwiesen: Sie müssen essen und trinken. Und bedenken sie, welche nachtheilige, Land und Leute ruinirende Folgen würden uns drohen, wenn ein Mangel des schönen Geschlechts durch ihr Verschulden entstünde? Würden wir nicht mit den Römern öffentliche Schauspiele und Lustbarkeiten anstellen müssen, um das be-

nachbarte Frauenzimmer herbey zu locken? Allein, blutige Kriege sind unausbleiblich. Hat nicht die Entführung einer einzigen Helene eine zehenjährige Belagerung Troja, ja eine jämmerliche Verwüstung, nach sich gezogen? Nein, weg mit Hungern und Fasten. Folgen sie der gebiethenden Barbara, diese sagt: **Esset und trinket.** W.Z.E.

§. 33.
Zweyte Pflicht.

Leicht verdauliche, nahrhafte, gesunde und angenehme Speisen müssen sie erwählen. Sie sind verbunden, den Umlauf des Geblüts, in dessen Dauer ihr Leben bestehet, zu unterhalten. §. 24. 28. 32. Der Umlauf des Geblüts erfordert ein Gleichgewicht zwischen denen sich wechselsweise zusammenziehenden Gefässen und Resistence der Säfte, die in einem Kreysse sich bewegen. Folglich erfordert er einen Nahrungssaft, der der Bewegungskraft des Herzens und der Pulsadern proportional, einen Nahrungssaft, der leicht in Blut übergeht, einen Nahrungssaft, der sich leicht trennen läßt, einen Nahrungssaft, der denen heilsamen Se- et Excretionibus günstig, leicht ausduftet, dem Magen kein Drücken, denen Gedärmen keine Winde zuziehet. Zarte, leicht verdauliche, weiche Speisen

sen leisten dieses. Folglich sind sie verbunden, diese Art Speisen zu erwählen. W.Z.E.

§. 34.

Anmerkung.

Meine Feder wetze ich nicht für Bauermädgen, die im Felde arbeiten, grobe Arbeit thun, in der Sonnenhitze schwitzen, denen müssen sie die groben, harten, schwer verdaulichen Speisen, Schinken, Speck, Erbsen, Linsen, Rüben, Kohl und Kraut, überlassen.

§. 35.

Dritte Pflicht.

Ich habe sie verpflichtet, weiche Speisen sich auftragen zu lassen. §. 33. Diese aber sind gelatineuse Hüner- und Fleisch-Brühen, junge Hüner, Tauben, Kalb-, Hammel-, oder Rindfleisch, zarte Fische, Barmen, Krebse, Hechte, Karpfen, Lachse, Forellen, Zungen, Marckgurllen, Stinte, Schmerlinge, Milch, Eyer, wildes Fleisch, Hasen, Rebhüner, Fasanen, Rehe, &c. folglich erkennen sie sich zu diesen Speisen verpflichtet. W.E.Z.

§. 36.

Vierte Pflicht.

Sie müssen harte Speisen vermeiden. Sie müssen sich an weiche Speisen halten.

§. 34. Harte Speisen nenne ich, die lange im Magen liegen, der Wärme und Dauungskraft des Magens ungehorsam, Drücken, Blähungen, Cruditäten, verursachen, mit Schleim und Kleister die Oberfläche der Gedärme von innen überziehen, den Umlauf des Geblüts durch die Leber, Milz und Gekröse hindern, den Stuhlgang schwer machen, ꝛc. Vermeide, was den Umlauf der Säfte, die Dauung der Speisen unvollkommen macht. Folglich haben sie Ursache, geräucherte Fische, Fleisch, Käse, fette Speisen, Kuchen- und Teigwerk, warme Semmeln und Brodt, Obst, Gurcken, Melonen, Kürbisse, Erbsen, Linsen, Rüben, Bohnen, ꝛc. zu vermeiden. W. Z. E.

§. 37.

Fünfte Pflicht.

Sie müssen mehr Gebratenes, als Gekochtes, essen. Gekochte Speisen haben viel Wässeriges, viel Blähendes, viel Schleimichtes bey sich; sie schwächen den Magen, machen Winde, und geben ein schleimichtes Geblüt. Sie sind verpflichtet, Unvollkommenheiten zu entgehen. §. 31. 36. Machen sie selbst den Schluß, versiegeln ihn mathematisch. W. Z. E.

§. 38.

§. 38.

Anmerkung.

Die milde Hand des Höchsten weiset uns zwo grosse unerschöpfliche Speisekammern an, das Thier- und Pflanzen-Reich. Vögel unter dem Himmel, Thiere auf Erden, Fische im Meere, Pflanzen in dem Schoosse der Erden, werden uns zur Speise. Und warum sollte uns bey dem gesegneten Vorrathe keine Wahl zu treffen erlaubet seyn? Wildes und zahmes Fleisch, Fische, und alle Arten der Gewächse, haben erdigte, öhlichte, wässerige und salzigte Theile bey sich; allein, in ungleichem Verhältnisse. Der Grad des Zusammenhängens, der Auflöslichkeit, der Dicke, Grösse, und Subtilität der Theile macht eine unaussprechliche Verschiedenheit. Ueberhaupt sind die Pflanzen von stärkern Zusammenhängen, als die thierischen Theile, sie fordern mehr Kraft und längere Zeit zu ihrer Trennung, sie sind dahero nicht so geschwind der Gährung und Fäulniß unterworfen, als Fleisch- und Fischwerk. Wer vom Friesel, Fleck- und Ausschlags-Fiebern, frey seyn will, der muß von Jugend auf mehr das Pflanzreich, als thierische, zu seiner Speisekammer machen. In der Mitte der Jahre erst mit harten Speisen den Anfang zu machen, verbitte, als schädlich. Indessen muß abgewech-

selt werden, Mandeln, Pistacien, kleine Rosinen, Hankbuten, Quitten, getrucknete Quetschen, Lactuc, Brunngreß, Kerbel, Sellerie, Zwiebeln, Borrey, Petersilge, Hopfenkeimgen, Portulac, Blumenkohl, Ardeschocken, grünes Kraut, Spinat, Spargel, Manna, Meerettig, Kräutersuppen, Merckische Rüben, &c. dürfen kein Bedenken tragen, sich auf den Mittagstischen des zarten Geschlechts sehen zu lassen, nur muß die Zurichtung appetisant und schmackhaft seyn.

§. 39.
Sechste Pflicht.

Küchensalz, Eßig, Baumöhl, Citronen, Pommeranzenschaalen, Senf, Pfeffer, Ingber, Zimmet, Nelken, Muscatennuß, geben nicht nur den Speisen besonders einen picanten Gout, indem sie die Geschmacksnerven empfindlich machen, sondern besorgen auch eine ganz leichte Verdauung, verhindern die Entstehung der Winde und der Schleimigkeiten, erhalten den Leib offen, befördern den Eintritt des Milchsafts in die Milchgefäße des Gekröses. Vortheile gnug, ein Kästgen mit fremden Gewürzen in ihrer Küche zu dulten. W. Z. E.

§. 40.
Siebende Pflicht.

Haben sie Milchspeisen, oder fette öhlichte Sachen, genossen, so lassen sie sauere Spei-

Speisen weg. Der Käse verträgt sich nicht wohl mit Weine. Leicht in Milch sich verwandelnde Säfte leiden keinen Brandtewein. Sauere Sachen schlagen die Milch nieder, der schwere käsigte Theil scheidet sich von dem wässerigen, verstopfen die Milchgänge, treiben den Unterleib auf, verursachen Bauchflüsse, mit Kneipen. Englische, ächte holländische Käse, ingleichen le fromage de coeur, alter Schweitzer Käse, sind noch die zuträglichsten. Allein, sie lassen sich schwerlich von unserm Magensafte auflösen, treten in einen festen harten Klumpen zusammen, legen sich vor die Mündungen der Magendrüsen. Kommen sie durch die Milchgefässe, Milchbehältnisse, und Milchbrustgänge, zu dem grossen Weltmeer, so können sie, nebst dem tartarischen Weine, die Materie zum Stein in der Niere geben, zu einem zähen, schleimichten, schwerlich zum Ausgange zu bringenden Urin den unglückseligen Grund legen. Wie solches mit vielen Beyspielen erläutert in meiner zu Helmstädt gehaltenen Dispute von denen aus Versäumniß des Geträncks entstehenden Krankheiten des weiblichen Geschlechts. Man hat sie zu Braunschweig ins Deutsche übersetzt.

§. 41.

Anmerkung.

Der Geschmack ist ein sehr delicater Sinn; und so empfindlich ist er erst bey Menschen Andenken worden. Die Alten, die länger ihr Leben gebracht, als uns unsere ausgesuchten Delicatessen nicht hoffen lassen, hielten keine Köche; sie wußten nichts von Kochbüchern. Schlechtes Wasser, Milch, Kräuter, gesunde Wurzeln, waren ihre Kost. Diese liesen sie, unter der beständigen Arbeit, und ruhigem Gemüthe, ein so hohes Alter erreichen. Wir suchen nicht nur einen Tisch zur Nahrung; sondern alle Sinne wollen zugleich gerührt seyn. Die Gerüchte sollen wohl aussehn, wohl schmecken, wohl riechen. Die ganze Kunst, das Essen dem Gaumen angenehm zu machen, bestehet darinn, daß die Geschmacksnerven auf eine angenehme Art gereizet, und durch scharfe Gewürze zum Empfinden geschärfet werden. Der Zusatz der kützelnden Gewürze kann mithin den Geschmack der Speisen erhöhen, vermehren, und modificiren. Das Rafiniren der Köche muß also dahin gehen, wie sie eine verschiedene Vermischung der Gewürze treffen, einen gewissen Grad des Feuers beym Braten, Kochen, Sieden, Backen, in acht nehmen, das feinste subtileste Wasser bekommen, wohlgetrucknete feste Töpfe, irdene wohlgebrann-

brannte Geschirre, wohlüberzinnte Pfannen, Castrollen, 2c. halten mögen. Jener hat seinen Geschmack durch die Gewohnheit so empfindlich gemacht, daß er sogleich beurtheilen konnte, in welchen Gefässen das Essen zugerichtet war. Und bestunde seine Küche aus lauter goldenem Geschirre. So empfindlich machen sie sich nicht. Wo würden wir Töpfe hernehmen? Wie würde der Töpfer seinen Thon und Leim in Gold verwandeln? Die Kunst müssen sie erst bekannt machen. Und alsdenn würde wohl ein blutiger Proceß zwischen den Töpfern und Goldschmieden entstehen, letztere privilegiren sich allein, in Gold und Silber zu arbeiten. Nein, das geht nicht. Ich bitte, sie lassen uns bey Kupfer und Meßing bleiben. Wir können reines Wasser nehmen, mit Gewürzen, Kümmel, Dill, Anis, Thimian, Meyeran, Rosmarin, Lorberblättern, Morgeln, getruckneten Ardeschockboden, Citrinat, Morellen, Feigen, Zucker, Wein, Bier, Rosenwasser, und so weiter, Fleisch und Brühe lieblich und schmackhaft machen.

§. 42.
Achte Pflicht.

Die Sommerszeit dehnet die innere Luft in ihren Blutgefässen gar zu sehr aus, das Blut in der Lunge wird nicht gehörig abgekühlt,

fühlt, die Gefässe haben einen geringen Widerstand der Luft, treiben sich auf, die subtilen wässerigen Feuchtigkeiten verduften, die Lebensgeister nehmen ab, der Magen ist schlapp. Im Winter zeiget sich das Gegentheil, dahero ist die Dauungskraft im Winter vollkommener, als im Sommer. Folglichen können sie eher im Winter, als im Sommer, etwas harte Speisen vertragen, welches ihnen um soviel eher zu vergönnen, wenn sie etwa dem Schnee und Eise zu Ehren eine Wallfahrt en grand train anstellen. W. Z. E.

§. 43.

Neunte Pflicht.

Die Speisen müssen nicht zu warm genossen werden. Denn werden sie zu warm oder heiß in den Mund hineingetragen, so werden die feinen Lippengefässe getrennet, sie empfinden Hitze, das Purpurlippen-Häutgen schwillet auf, und gewinnet Blasen und kleine Geschwüre. Die Geschmacksnerven auf der zarten Zunge werden zum Empfinden ungeschickt, und die feine Oberhaut schält sich alsdenn ab. Es heißt: Man habe sich verbrannt, es bekomme ihnen, wie der heisse Brey. Jenes verunziert die Pracht der rothen Lippen, dieses verderbet den Geschmack. Beydes ziehet ihnen

nen Unvollkommenheiten zu. Sie sind Unvollkommenheiten zu vermeiden schuldig. §. 31. Folglich sage ich ihnen: Die Speisen müssen nicht zu heiß, nicht zu begierig genossen werden. W. Z. E.

§. 44.
Zehende Pflicht.

Sie müssen die Speisen lange und langsam kauen. **Erweis.** Sie speisen, daß ein Nahrungssaft, zur Ergänzung der abgegangenen Theile, zur Unterhaltung der Lebenskräfte, zum Fortgange des nöthigen Umlaufs des Geblüts, in der fleischernen Küche des Magens zubereitet werde. §. 30. 31. 32. Der süsse weisse Nahrungssaft entstehet in dem warmen Magen, wenn die subtilen, feinen, gelatineusen, fermentirlichen Theile der hinuntergeschluckten Speisen von den gröbern durch eine innerliche Bewegung getrennet werden. Diese Trennung, diese Auflösung, der zarten fermentirlichen Theile geschiehet durch den Magendrüsensaft, darzu die ausdehnende Luft, die Bewegung und Wärme des Magens, das Ihrige beytragen. Diese zarten aus den genossenen Speisen zu scheidenden Theile müssen mithin von dem Magensafte umgeben, flüßig gemacht, gänzlich aufgelöst seyn. Darzu aber ist nöthig, daß

die Speisen fein und zart gnug seyn, daß sie zu allen Theilgen dem Magensafte einen Zutritt verstatten. Folglich wird eine Kleinmachung der Speisen erfordert, wenn ein Milchsaft zubereitet werden soll. Diese erforderliche Kleinmachung kann nicht im Magen geschehen, folglich müssen die Speisen zermalmet hinuntergeschluckt werden, folglich muß diese nöthige Trennung im Munde geschehen. Sie geschiehet aber, wenn sie die genommenen Speisen im Munde herumwälzen, sie zwischen die Schneide- und Mühl-Zähne durch wechselsweise Auf und Niedersteigen des untern Kinnbackens zerquetschen, zerreiben, und zermalmen. Nehmen sie diese Handlung vor, so heißt es: man kaue. Folglich müssen sie kauen. W. das erstere war.

Je kleiner ein Körper ist, destogrösser ist die Anzahl seiner Berührungspuncte. Je grösser die Anzahl der Berührungspuncte ist, destogenauer kann sich ein anderer Körper mit ihm vereinigen. Der Milchsaft muß sehr flüßig seyn. Der Magensaft muß alle Theile der subtilen gelatineusen Theile umgeben. Folglich müssen die Speisen sehr fein, sehr klein gekauet seyn. Dieses geschiehet, wenn wir lange den Speichel durch die Bewegung des Kinnbackens auspressen, und ihn mit den

genom-

genommenen Speisen herumwerfen. Folglich müssen sie lange kauen. W. das zweyte.

Das geschwinde Kauen ermüdet die Kaumusceln, und verhindert das Vergnügen der Sinnlichkeit. Nun ist uns aber ein gemässigtes Vergnügen aller Sinnlichkeit von dem Schöpfer erlaubet, und zu dem Ende genüssen wir angenehme, wohlschmeckende Speisen. Folglich sie lange kauen. W. das dritte. W. Z. E.

§. 45.

Anmerkung.

Sie fragen, deucht mir, was bedeuten die geheimnißvollen Endbuchstaben W. Z. E.? Sie werden so oft wiederholet; und wir hören noch keine Erklärung davon, noch einen Beweis von der Nothwendigkeit des Daseyns dieser Züge. Ich willfahre ihnen hierinne: Das erstere betreffend, so will ich sie mit ihnen geheimniß- erkenntnißvoll nennen, und so erkläre ich sie. Das zweyte anlangend, so sehe ich mich verpflichtet, sie glaubend zu machen, ich verstünde mehr, wie sie. Wie würden sie anders mich für geschickt halten, ihnen die Natur auszulegen, meine Predigten zur Thätlichkeit kommen lassen, und die erwiesenen Pflichten auf sich ziehen? Die Königin der Weisheit befiehlet: Erwähle deinem Entzwecke

cke gemässe Mittel. Wie kann ich ein geschickteres Mittel finden, mich bey ihnen in den Credit eines Wissens zu setzen, als wenn ich Züge mahle, deren Kraft und Nachdruck nicht sogleich erkenntlich ist? Lieben sie eine Augenveränderung, so entborge ich der Juristen ihr V. R. W. Und nunmehro hätte ich also von rechtswegen erwiesen, was zu erweisen war. Ich würde dieser Character überhoben seyn, wenn ich dürfte die erwiesenen Pflichten mit den Zeugnissen berühmter Schrifsteller bewähren. Und das wäre mir in der That vortheilhaft. Sie würden mich für gelehrt halten, wenn ich von einem Averron in Spanien bis zu einem Zwinger in Basel das ganze Alphabet in der Geschwindigkeit durchliefe. Allein, ich habe die Ehre, zu versichern, wie es aus der Mode gekommen, heutiges Tages andere Schriften anzuführen, als seine eigene, wer will den Herren es verdencken? Wir sind neugebohren; wir bringen auch neugebohrne Sachen zur Welt. Das klingt, das schallt, das tönt, das giebt ein Echo bis an das Caspische Meer. Und also kann ich meine beschäftigte Belesenheit nicht anbringen. C' est bien dommage. Je suis a' plaindre. Wie mache ich es denn? Ich darf nur alle meine gehaltene Disputen, Schriften, Tractätgen, Vorreden, sammlen und anführen. Allein, es fehlt mir selbst an dem Exemplar.

Helm-

Helmstadt, Kiel, Erfurth, Hamburg, gebt mir meine Waaren wieder, ich muß sie anzeigen, ich muß sie Schau tragen. Ich muß ein W. Z. E. verändern. Doch ich besinne mich, ich habe ja die Absicht des Zusatzes entdeckt, warum sollte ich es jetzo wiederholen? Ich will Herrn Gehrling nicht so oft die Mühe machen, die Worte W. Z. E. zu setzen. Herr Gehrling, lassen sie inskünftige W. Z. E. weg.

§. 46.
Eilfte Pflicht.

Daß blähende, sauere, zusüsse, klebrichte, teigichte, rohe, nicht wohlausgekochte, strenge, herbe, gedörrte, getrucknete Speisen zu vermeiden, lehrt der §. 36. Sie sind der Vollkommenheit der Verdauung, des Magens, der Gedärme, der Brust, der Mutter, der Säfte, &c. zuwider. Süsse, sauere, zuheisse Speisen, §. 43. schwärzen die Zähne, machen sie stumpf, und überziehen sie mit Duchstein.

§. 47.
Zwölfte Pflicht.

Sie müssen bey der Mahlzeit trinken. Der milchigte Nahrungssaft muß in die feinsten Milchgefässe, die von den dünnen Gedärmen nach dem Gekröse laufen, eindringen. Folglich muß er sehr flüßig seyn. Der

Spei-

Speichel, der Schlund- und Magen-Drüsensaft, reichen zwar während der Dauung einen ziemlichen Vorrath von Flüßigkeiten; sie reichen aber doch nicht hin, die Speisen gehörig aufzulösen. Ueberdem erfordert das Sinnliche des Geschmacks Feuchtigkeiten, das Kauen benimmt dem Munde sein Nasses, so aus so vielen Drüsenquellen hervortritt. Je flüßiger die Speisen durchs Kauen im Munde werden, destoleichter können sie in einen Nahrungssaft gebracht werden. Das Trinken ist dahero bey Tische höchstnöthig. W.Z.E.

§. 48.

Dreyzehende Pflicht.

Sie müssen bey Tische kein Wasser, sondern lauter Bier, oder Wein, trinken. Die Speisen sollen aufgelöset werden. §. 44. Diese nöthige Auflösung zu befördern, müssen sie trinken. §. 47. Folglich erfordert die Absicht der Verdauung ein solches Getränk, so die innere Bewegung der Speisen befördert, die Auflösung beschleuniget, die Wärme und Bewegung des Magens vermehret. Schlechtes Wasser hat diese erforderliche Eigenschaften nicht. Folglich haben sie bey Tische kein Wasser zu trinken. Ein helles, reines, etwas bitteres, leichtes, wohlgesetztes, gehörig gebrauetes Bier hat eine Aehnlichkeit mit unsern

Säften. Es führt ein geistreiches Wesen, reizbare, nahrhafte Theile mit sich. Es kann also die innere Gährung der Speisen befördern, und sie bereits vorher unsern Lebenssäften ähnlich machen. Ein reiner, alter Wein leistet erforderliche Dienste vollkommener. Wer wird also dem schönen Geschlechte Rhein- und Franken-Wein bey der Mahlzeit versagen? Indessen können die mineralischen Gesundheitswässer, als Spa-, Seidschützer, Pirmonter Wasser, füglich, nebst dem Weine, zu Tische gezogen werden. Wein und Wasser sind die natürlichsten Quellen, die die Flüßigkeit der Säfte erhalten, und das Empfindliche des Durstes benehmen. Allein, das braune Bier verträgt sich besser mit dem Essen, als schlechtes Wasser. Ich kenne viele von den holden Schönen, denen Wein und Bier zuwider. Was sollen wir trincken, Herr Diätsrath? Sollte hier mein mir kühnlich angemaßtes Diätsamt schwach werden? Nein, hier muß es sich erst in seiner Stärcke erheben. Bleiben sie, Lehrbegierige, bey ihrer Wasserflasche. Nur muß ich ihnen Amts- und Gewissens-halber melden, erstlich, was sie für Wasser zu erwählen haben, zweytens, wie sie solches durch Zusätze und Zubereitung verbessern können. Und zu diesen Gedancken werden sie mir geneigt erlauben, folgende Paragraphen hinzu zu setzen.

§. 49.

Aufgabe.

Zu erfinden, ob das Wasser leicht, rein, subtil, und gesund sey?

Auflösung.

1. Es muß keinen Geschmack haben, nicht riechen, hell, klar, durchsichtig aussehen, und der Zunge keinen zu starken Grad der Kälte geben.

2. Es muß leichte warm werden, und geschwind wieder erkalten.

3. Erbsen, Linsen, Bohnen, leichte und geschwinde erweichen.

4. Es muß sich die Wasserwaage tief ins Wasser senken.

5. Geschwinde beym Feuer ausdunsten, und keinen Bodensatz geben. Folglich auch nicht den Kessel, worinne das Wasser ofte gekocht wird, mit einem erdigten, weissen Salpeterkalk überziehen.

6. Muß das süsse Wasser nichts fallen lassen, wenn gereinigte, aufgelöste Bodasche, oder im Salpetergeiste aufgelöstes Silber, ihm beygemischt wird.

7. Leicht den Urin und Schweiß austreiben, und im Magen keine Beschwerden verursachen.

Beweis.

Beweis.

Hat das Wasser einen Geschmack, riecht es, sieht es trübe und dunkel aus, ist es kalt und schwer auf der Zunge, so zeiget solches von groben, erdigten, gummösen, salpeterichten, kalkhaften Theilen. Da nun also diese fremde, beygemischte Theile dem Wasser die Klarheit, Leichtigkeit, Subtilität, und Unschmackhaftigkeit benehmen, so ist offenbar, daß die Abwesenheit der fremden im Wasser befindlichen Theile, und folglich die Güte und Vollkommenheit des Wassers, nach dem Grade der Durchsichtigkeit, nach der Abwesenheit des Geschmacks, des Geruchs, der Empfindung, der Schwere, und Kälte, auf der Zunge füglich zu beurtheilen.

W. das I. membr.

Wird es leicht warm, und erkält bald wieder, so hat es keine schwere, dichte Theile bey sich, die einen starken Grad der Wärme annehmen. Die Abwesenheit dieser groben Theile macht die Flüßigkeit des Wassers aus. Folglich ist das leichte Warm-werden, und geschwinde Erkalten, eine Marque eines reinen und leichten Wassers.

W. das II. membr.

Werden Hülsenfrüchte von einem Wasser bald weich, so zeiget solches von dessen Subtilität, Flüßigkeit, und Entfernung der groben Theile. W. das III. membr.

Sinket die Wasserwaage tief, so findet sie wenig Widerstand. Der Widerstand des Wassers erwächset aus dem Daseyn erdigter Theile. Folglich ist die tief sinkende Waage ein Kennzeichen eines reinen Wassers.

W. das IV. membr.

Dünstet es geschwind aus, so zeiget solches von seiner geschwinden Auflösung. Folglich beweiset es seine Reinigkeit. No. 4. Läßt es einen Bodensatz, so macht es seine fremden Theile mehr, als zu sichtbar. Der Mangel des erblickten Bodensatzes muß uns also von der Leichtigkeit des Wassers überzeugen.

W. das V. membr.

No. VI. ist aus No. V. klar.

Treibt das Wasser auch den Urin, oder Ausdünstung, so läßt sich schliessen, der Umlauf des Geblüts sey freyer, die nützlichen Absonderungen befördert, und die Säfte verdünnet worden. Ein Wasser, so den Umlauf des Geblüts befördert, die Säfte verdünnet, nenne ich ein gesundes Wasser. Folglich entdecken wir hierdurch die Dienlichkeit des Wassers.

W. das letzte.

Da nun also angezeigte Proben die Vollkommenheit des Wassers, und deren Stuffen, zu erkennen geben, so sind sie, Schülerinnen, ihrer Gesundheit nach gehalten und verbunden, ein Wasser zu erwählen, das diese Proben §. 23. hält. W. Z. E.

§. 50.

§. 50.

Vierzehende Pflicht.

Quell- und Brunnen-Wasser ist denen andern vorzuziehen. Sie sind verbunden, das vollkommenste Wasser zu erwählen. §. 49. Quell und Brunnen-Wasser ist vollkommener, als Teich- und stehendes Wasser, je höher die Quelle liegt, je sandigter der Boden, wodurch das Wasser fließt, destoreiner und spirituöser pflegt das Wasser zu seyn. Alle Bäche, Flüsse, Quellen, und Brunnen, bekommen ihren süssen Unterhalt von dem Regen. Mithin schlage ich ihnen reines, aufgefangenes Regenwasser vor; nur muß es nicht in hölzernen Gefässen aufbehalten, noch von einer unreinen Rinne aufgefangen werden. Jenes beschwängert das Wasser mit gummösen, fermentirlichen Theilen, so aus dem Holze ins Wasser übergehn: dieses bringt erdigte, steinichte, und andere unsaubere Theile ins Wasser. Beydes ist der Absicht des Gebrauchs entgegen.

§. 51.

Funfzehende Pflicht.

Abgekochtes Aniswasser müssen diejenigen Frauenzimmer, die bey Tische, weder Bier, noch Wein, zu trinken gewohnt sind, sich bedienen. Man nimmt etliche

Händevoll Anissaamen, und gießt 4. bis 6. Maaß Wasser darauf, läßt es in einem reinen Topfe mit aufgelegtem Verdecke gelinde kochen. Nimmt es vom Feuer, läßt es durch ein Tuch laufen, und hebt es zum Gebrauch auf. Dieses Wasser führt von dem erweichten Anissaamen reizbare, warme, dem Magen, der Brust, Kopf, und Mutter, angenehme Theile bey sich; befördert die Auflösung der Speisen, verdünnet den Nahrungssaft, erwärmet den Magen, zertheilet die stockenden Winde, ꝛc. Zu ähnlichen Absichten kann man auch das Citronen- und Pommeranzen-Wasser verfertigen. Des Sylvii flüchtigen, würzhaften Geist, (Sal volatile oleosum Sylvii,) können sie auch bey Tische zu 20. bis 25. Tropfen im Wasser mit erwünschten Würckungen nehmen.

§. 52.

Sechzehende Pflicht.

Sie müssen mehr trinken, als essen. Der Umlauf des Geblüts, die Stütze der Gesundheit, erfordert flüßiges und dünnes Geblüt. Die nöthigen Scheidungen der Säfte, die zarten Blutgefässe der Mutter- und Scheide-Mutter, wodurch die weibliche Reinigung vollzogen wird, dringen auf ein leicht sich bewegendes Blut. Sie sind verbunden, den Umlauf der Säfte zu befördern, verbunden, die monatliche

liche Reinigung in Vollkommenheit zu erhalten. Ich ziehe hieraus den Schluß: Der Nahrungssaft muß flüßig seyn, sie müssen des Tages über mehr trinken, als essen. Das Verhältniß kann, wie §. 2. oder 3. seyn.

§. 53.

Siebenzehende Pflicht.

Sie müssen wenig in einer Mahlzeit essen. Ein natürlicher Appetit muß nach den Gesundheitsregeln eingerichtet werden. Essen sie zuviel auf einmahl, so wird der Magen, das fleischerne Gebäude, zu sehr ausgedehnt, es entstehet eine Engbrüstigkeit, Kopfschmerzen, rothe Augen, der Magensaft kann die Speisen nicht bezwingen, sie bleiben unverdauet zur Last des Magens, sie gähren, sie faulen, sie werden sauer, es entstehen Winde, die Magen- und Gedärm-Drüsen werden verschleimet, die Milchgänge versetzen sich. Der Magen ist mit der Mutter und Miltz nahe verwandt. Die Blutgefässe der empfindlichen Mutter- und Scheide-Mutter werden versetzt; das dicke, schleimichte Geblüt weiß nicht die engen Wege zu gehen, wodurch der monatliche Fluß sich ergiesset. Allein, den schädlichen Folgen entgehen sie gewiß, wenn sie Maasse im Essen halten, wenig auf einmahl zu sich nehmen. Sie können destoöfterer den Tisch decken lassen.

§. 54.[a]

Achtzehende Pflicht.

Sie müssen mehr warmes, als kaltes; trinken. Sie müssen alles vermeiden, was dem Umlaufe des Geblüts, den nöthigen Absonderungen der Säfte, dem Fortgange des monatlichen Flusses, rc. hinderlich seyn kann. §. 28. Ist der Trunk zu kalt, so wird der Mund, der Schlund, die Speiseröhre, der Luftgang, die Lunge, der Magen, der nöthigen Wärme beraubt, die Feuchtigkeiten werden zähe, der Magensaft dicke, die Bewegung des Magens in ein krampfhaftes Zusammenziehen gesetzt. Der Magen setzt, wegen der Vereinigung, die Mutter, die Lunge, die Leber, die Milz, in gleiche widernatürliche Bewegung. Seitenstechen, Husten, Drücken in der rechten Weiche, Unordnungen des Monatsflusses, Steckflüsse, verhinderte Ausdünstung der Haut, fieberhafte Bewegungen, sind die traurigen Folgen eines zu kalten Trunkes. Diese Würkungen zeigen sich im stärckern Grade, wenn der Körper erhitzt, die Sommerszeit die Gefässe ausgespannt, und die Säfte in eine innere Wallung gebracht. Ein kalter Trunk ist ihnen also allezeit schädlich; doch schädlicher, wenn sie sich echauffirt, und die Sommerhitze die Nerven empfindlich macht. W. Z. E.

§. 54.[b]
Neunzehende Pflicht.

Ausser der Mahlzeit müssen sie insgesammt Wasser trinken. Bier bläht, und hindert die Wercke des Verstandes; Wein erhitzet und beunruhiget. Wenn sie ohngefehr gegen 12. bis 1. Uhr sich zu Tische setzen, so kann die Verdauung gegen 4. bis 5. Uhr geschehen seyn. Sie haben oben gehört, §. 4. die feinen gelatinösen Theile der Speisen scheiden sich in dem Magen von den gröbern. Diese gröbere, schwerere Theile bleiben mit der Galle in den Gedärmen zurück, und werden unter dem Nahmen des menschlichen Unraths durch die würmförmige Bewegung der Gedärme zum Auswurfe gebracht. Um also diesen Unrath aus dem Körper zu schaffen, Winden und Blähungen fürzukommen, die Entstehung des Geblüts, die Absonderungen der Säfte, eine gelinde Ausdünstung, gehörig zu besorgen, so finde nicht für undienlich, um 5. Uhr ein Glas Wein, gelinde Motion, Visiten, eine Tasse Coffee, grünen Thee, Aniswasser, mineralisches Wasser, zu gebrauchen.

§. 55.
Zwanzigster Heischesatz.

Meditiren, wichtigen Geschäfften gewidmete Gedanken, heftige Affecten, als Zorn, übermäs-

mäßige Freude, allzuheftige Motionen, schwächen den Appetit. Die endliche Kraft der Seele wird getheilt; sie wird den Lebensbewegungen entzogen; sie müssen also geringer werden. Folglich rathe ihnen, vor Tische alle heftige Bewegungen, Zorn, Alteration, tiefsinnige Gedanken, sorgfältig zu vermeiden. Der Appetit ist eine Sinnlichkeit; das Reizende desselben gehört unter die erlaubten Sinnesergötzlichkeiten, sie sind mithin vielmehr verbunden, denselben zu unterhalten. Gelinde Motion vor dem Essen, ein freyes Gemüth, Magentropfen, (e. g. Elixir Stomachale Hoffm. Ess. Absinthii, Gentianae, Vincetoxici, aurantiorum,) Borsdorffer Aepfsel, können den Appetit befördern.

§. 56.

Ein und zwanzigstes Gesetz.

Sie müssen in lustiger Compagnie speisen. Gesellschaft muntert das Gemüth auf, befördert die Lebensbewegungen, unterhält das Gemüth in angenehmen Veränderungen, entziehet uns den uns in Gedanken liegenden Geschäfften, vermehret, mit einem Wort, den Appetit; was diesen vermehrt, ist anzurathen. Folglich erwählen sie sich bey Tische Compagnie.

§. 57.

Zwey und zwanzigster Heischesatz.

Speisen sie an einem angenehmen, lustigen, und gesunden Orte. Das Reizende des Auges vermehrt die Sinnlichkeit, die Lebensbewegungen, und folglich den Appetit. Angenehme Aussichten, das belebende Grüne, das Springen der Fontainen, das Natürliche der Statuen, können daher empfohlene Anblicke der Speisenden werden. Die Luft, die mit uns sieht, mit uns hört, mit uns riecht, mit uns schmeckt, mit uns ruht, mit uns wandert, mit uns zu Bette geht, mit uns aufsteht, und uns beständig begleitet, trägt sehr viel zum Appetite bey. Helle, reine, moderirte, nicht zu kalte, nicht zu feuchte, nicht zu truckene, ist die gesündeste. Es ist daher gesünder, in der Höhe zu wohnen, und in der Höhe zu speisen.

§. 58.

Drey und zwanzigster Heischesatz.

Die Abendmahlzeit muß geringe seyn. §. 53. Ich verbitte nicht das Abendessen, sondern rathe es vielmehr an, weil sie wenig in einer Mahlzeit essen dürfen. Nur versichere,

re, das viele Essen ist eine blosse Gewohnheit; eine sinnliche Lust, so die Gesetze der Einbildung zu einer bestimmten Zeit rege machen. Man zieht sich unvermerkt die trüben Quellen der schwersten Krankheiten dadurch zu. Woher entsteht die Vollblütigkeit? Von dem vielen Essen. Woher entsteht ein juckender Ausschlag, Krätze, und Friesel? Von dem vielen Essen? Woher ein aufgetriebener Leib, Engbrüstigkeit, Verstopfung des monatlichen Flusses? Von dem vielen Essen. Wo ist die unglückselige Mutter der kalten Fieber? Hier ist der Beklagte? Es ist das viele Essen. Bindet ihm Hände und Füsse, und lasset ihn zu euerm Schaden nicht mächtig werden. Wo ist der Kläger? Gesundheit, Schönheit, die Werke des Verstandes, treten hier schwesterlich zusammen, und führen über das viele Essen ihre Klagen. Die Schönheit rufft ihnen zu: Wie kann ich ihnen hold bleiben, wenn sie durch vieles Essen Augen, Gesicht, und Taille, verunzieren? Die Göttin der Gesundheit tritt redend auf: Wie können sie mir Treue leisten, wenn sie Magen und Gedärme zu einem Schiffboden gebrauchen? Wie wollen sie, spricht der Verstand, den Sinnen Deutlichkeit geben, wenn sie durch vieles Essen und Trinken verfinstert sind? Wie wollen sie Witz, Scharfsinnigkeit, und Vernunft ausüben, wenn vieles Essen

und

und Trinken die Kräfte der Seele schwächen? Gründe gnug, zu beweisen, das viele Essen sey ihnen schädlich.

§. 59.
Vier und zwanzigster Heischesatz.

So aufrichtig gesinnt ich ihnen das sparsame Essen anrathe, §. 58. so wenig will ihnen das Fasten anmuthen. Sie können dreymahl des Tages über essen, des Morgens, Mittags, und Abends. Und nun werden sie nicht Ursache haben, sich über meine Strenge zu beschweren. Sie können des Morgens Coffee trinken; er befördert ihnen den Stuhlgang, eröffnet die Schweislöcher, er ernähret zugleich; wenn sie dabey etwas Zwieback, Mandeln, Kuchen, ꝛc. genüssen, so können sie den Mittag wohl erwarten. Trinken sie grünen Thee, so lassen sie sich die beste Saane dabey aufsetzen, nehmen wohlausgebacknen Zwieback darzu. Ist ihnen diese Kost nicht anständig, so will ihnen das gesündeste zuletzt sagen: Lassen sie sich alle Morgen eine Suppe machen. Milch, Hüner, Fleisch, Gerste, Reis, Bier, Wein, Graupen, Manna, Hirsen, geben Nahrung gnug. Chocolate dient des Morgens zu gleicher Absicht.

§. 60.

§. 60.

Fünf und zwanzigstes Gesetz.

Ich habe ihnen erlaubt, des Morgens Thee oder Coffee zu trinken: Ich finde vor nöthig, ihnen dabey die dienlichen Regeln fürzuschreiben. Nehmen sie zu diesem Getränke erstlich das süsseste Wasser, davon ich oben §. 49. die erforderlichen Proben angegeben. Je leichter ein Wasser ist, destogeschickter ist es, subtile Theile auszuziehen, und folglich der erzielten Absicht fähig. Die Coffeebohnen müssen nicht riechen, klein seyn, auf dem Wasser schwimmen, ins Grüne fallen. Lauter Kennzeichen von deren Güte. Die Levantischen pflegen die besten zu seyn. Sie müssen in einem verschlossenen Gefässe zur Braune gebracht, und bis zu einem ausbrechenden schmierigen Schweisse langsam gebrannt werden. Werden sie geschwind bey starkem Feuer gebrannt, so verfliegt der öhlichte, geistreiche, flüchtige Theil, die erdigten Theile bleiben zurück; sie werden schwarz, und geben einen trüben Trank. Man lasse den gebrannten Theil Coffee verwahrt erkalten, man mahle ihn langsam. Das geschwinde Erkalten verringert die flüchtigen Geister. Wird der Coffee zugeschwind gemahlen, so

wird

wird das Eisen warm; wird es warm, so wird es weich; wird es weich, so giebt es nach; giebt es nach, so wird es breit; wird es breit, so wird es stumpf; wird es stumpf, so mahlt die Mühle grob. Nun aber muß der Coffee fein gemahlen seyn. Denn je feiner der Coffee ist, destogrösser ist die Anzahl der Berührungspuncte. Mahlen sie langsam, so erhitzt sich das zermalmende Eisen nicht. Ich sage ihnen also: Mahlen sie langsam. Sie müssen den gemahlenen Coffee nicht lange aufheben. Raison. Die besten, subtilen, geistvollen Theile ziehen sich davon in die Luft. Den fein gemahlenen Coffee thue man in gutes siedendes Wasser, §. 49. laßt ihn nicht wieder aufs Feuer setzen, sondern von der Ferne stehen, so lange die Auflösung der feinen Theile es erfordert. Um ihn klar zu erhalten, pflegt man etwas Hirschhorn hinein zu thun. Durchgesiebtes Zimmetpulver giebt dem Coffee einen sehr angenehmen Geschmack. A table, mes Dames. Der Coffee ist fertig. Es ist heute sehr windig. Befehlen sie Rahm? Und sie sind wieder da, Herr Diätsrath? Zu dero Befehl. Man darf mich nicht abmahlen; ich bin allenthalben. Weil sie hier sind, will ich sie fragen: Ist mir Saane dienlich? Ich erlaube ihnen nicht nur frischen Rahm, sondern auch das süsse Gewürz, ich meyne Zu-

cker. Warum sollte ich dem süssen Geschlechte süsse Sachen mißfällig machen? Bittere Sachen vertragen sich nicht mit ihm. Ich schränke meine Regel in etwas ein. Das geistvolle Bittere des beliebten Coffeetrankes ist das Reizende, das Angenehme bey dem Coffee. Mithin muß weder zuviel Zucker, noch zuviel Rahm gebraucht werden. Findet man sich von hypochondrischen, hysterischen, krampfhaften Zufällen im Unterleibe incommodirt, so verbiethe ich die Milch ganz und gar; sie sauret und gerinnet, Colic, Grimmen, Blähungen, Reissen, und Stecken setzen heftig zuweilen darnach an. Sind sie gewohnt, Wein zu trinken, so ist auch dienlicher, den Coffee pur zu trinken.

§. 61.
Sechs und zwanzigste Regel.

Nach dem Coffee pflegt an sehr vielen Orten Thee gereicht zu werden. Kayserthee und Theeboe stehen zu ihren Diensten. Ist der Kayserthee frisch, so hat er flüchtige, spirituöse Theile bey sich, die ihm einen angenehmen Geruch und Geschmack geben. Die übrigen festen im kochenden Wasser auflöslichen Theile sind harzigte, gummöse, gelinde zusammenziehende und stärkende Theile.

Wird

Wird er also mäßig gebraucht, so kann man sich von ihm eine temperirende, eröffnende, Ausdünstung vermehrende, Würkung versprechen. Der Mißbrauch des alten Thees macht sich durch gegenseitige Folgen mißfällig. Der Theeboe unterscheidet sich hauptsächlich von jenem durch eingemischte Eisentheile, die ihm den zusammenziehenden Geschmack, und die braune Farbe, mittheilen. Da indessen das warme Wasser den Magen, die Gedärme, und im Ueberflusse die Gefässe, schlapp macht und erweicht, und folglich den nöthigen Umlauf der Säfte schwächen und unterbrechen kann, so kann leicht allzuvieler Genuß des Thees Bleichsucht, Verstopfung, Winde, schlechten Appetit, Neigung zum Friesel und Ausschlage, nach sich ziehen.

§. 62.

Sieben und zwanzigster Heischesatz.

Ich hätte bald vergessen, die vorgelegte Frage zu beantworten. Sie verlangen zu wissen, wie lange es erlaubt sey, bey Tische zu sitzen? Die oberwehnten Pflichten geben ihnen die Antwort. Sie vernehmen, daß sie langsam kauen, §. 39. dabey trinken, §. 41. und in Gesellschaft speisen müssen, §. 48. wo sie hören reden, und zum Reden

veranlasset werden. Alle diese Umstände geschehen nicht auf einmahl, sie folgen aufeinander, und erfordern folglich Zeit. Ich muß ihnen, diesen Vördersätzen zufolge, einige Stunden zur Mahlzeit verstatten, ohnerachtet sie darzu in keinem Stücke geneigt sind. Chacun à son aise.

§. 63.

Acht und zwanzigste Pflicht.

Allein, warum schiffen wir mit so vieler Gefahr nach Ostindien? O Unzufriedenheit! Die gütige Natur stellet uns allenthalben Kräuter dar, die zum Wohl des Körpers bestimmt sind. Ehrenpreis, Betonien, türkische Melisse, mit Citronen- und Pommeranzen-Schalen vermischt, sollten billig die so theuer ausländischen Waaren verdringen.

§. 64.

Neun und zwanzigste Pflicht.

Vielen sind Oerter zur Wohnung beschert, wo das Wasser trübe, dick, und unrein ist. Die Abziehung, (Destillatio,) und das Treiben oder Fliessen des Wassers durch reinen Sand, sind die Reinigungsmittel.

Man

Man füllt grosse Gefässe mit reinem Sande an, man läßt das unreine Wasser durchlaufen, alsdenn bleiben die erdigten, groben Gehalte zurück. Das Wasser wird rein, hell und klar erscheinen.

§. 65.

Dreyßigste Pflicht.

Ohnerachtet ein mildes, reines und süsses Wasser, so auch mit Brodrinde abgekocht getrunken werden kann, ein Inbegriff aller Panaceen billig kann genennet werden: so befördern doch die sogenannten mineralischen Brunnenwasser den Umlauf des Geblüts, wegen der bey sich habenden Salze, noch nachdrücklicher, beugen allen Krankheiten vor, die von einem zähen, schleimichten und dicken Geblüte abstammen, erhalten die Gefässe offen, leiden keinen Ansatz in den Absonderungsgefässen, und legen folglich den Grund zu einem gesunden und langen Leben. Pirmonter, Seltzer, Schwalbacher, Spa-, Wildunger, und andere Wässer, sind mehr, als zu bekannt. Sie können, als Präservativcuren, des Morgens unter gelinder Bewegung des Körpers, des Mittags mit Weine, und nach Tische, getrunken werden. Sie führen ein flüchtiges, spirituöses Wesen bey sich, welches erfrischet, den Puls belebet, die Säfte durchdringet, und die Lebensgeister erquicket; sie

haben subtile, schwefelichte, salzigte Theile, vermöge deren sie auflösen, das Schleimichte verdünnen, Mutterbeschwerung vertreiben, langwieriges Hauptweh, Gicht, Stein, Verstopffungen, nicht zur Kraft, noch zum Ausbruche kommen lassen. Lieben sie also ein gesundes, ein langes Leben, so lassen sie sich die Brunnencuren angerathen seyn.

§. 66.

Ein und dreyßigste Pflicht.

Nächst dem Wasser reicht uns die milde Hand Gottes den fruchtbaren Weinstock. Diese prangen mit hangenden Beeren, aus welchen wir einen süssen, trüben, dicken Saft keltern, welcher, nach geschehener Gährung, hell, klar, durchsichtig, lieblich am Geruch und Geschmack, und stark an Kräften wird; jenen nennet man Most, und diesen Wein. In soferne er also die Verdauung der Speisen befördert, den Umlauf des Geblüts stärker macht, die Scheidungen der Säfte beschleuniget, die zarten Gänge offen erhält, dünne Säfte macht, alles Schleimichte auflöst, und wegschafft, in soferne haben sie den milden Rebensaft, als ein Geschenk, anzusehen, so wir von dem Geber aller Gaben, zur Verlängerung eines gesunden Lebens, und zur Erquickung des schmachtenden Herzens, mit

Dank-

Danksagung empfangen. Und diese Gabe ist gemeinschaftlich. Sie, aus der Classe des andern Geschlechts, bedienen sich ihres Rechts; der Weinstock ist nicht allein für Mannspersonen; Nein, nein, sie haben auch Antheil daran. Trinken sie also Wein.

§. 67.

Zwey und dreyßigste Pflicht.

Wann, wieviel, und welche Weine wollen sie trinken? Die Kennzeichen §. 23. eines guten Weines pflegt man in den zusammengezogenen Anfangsbuchstaben C. O. S. vorzustellen, (Color, Odor, Sapor.) Er muß überdem den Kopf nicht angreiffen, Müdigkeit und bleyerne Schwere in den Gliedern nicht setzen, und den Nerven nicht zuwider seyn. Er muß leichte durch die Schweißgänge und Uringefässe gehen, das Gemüth beleben, und die Sinne schärfen. Und wie können die Weine den Umtrieb der Säfte auf eine angenehme Art ununterbrochen erhalten, als wenn sie unsern Lebensgeistern ähnlich werden? Ich halte also diejenigen Weine für die gesündesten, welche einmahl ein subtiles, reines Wasser halten, in welchem zarte, saure, öhlichte und feurige Theile sich in einer solchen Verbindung zeigen, daß die wäs-

serigen sauren Theile denen hitzigen das Gleichgewicht halten. Sie müssen auf Bergen im steinichten Boden die Mittagssonne haben. Der Rhein- und Francken-, Ungarische, Tockajer, Tornaver, Großwardeiner und Moßler Wein kann dem andern Geschlechte füglich gereicht werden. Ich will lieber süssen Wein; Muscateller Wein, Canarien- und Palm-Sect, Malvasier, Lachrimae, vin de paille, sind zu ihrem Befehl.

§. 67.

Drey und dreyßigste Pflicht.

Wie nun die alten Ungarischen, Rhein- und Franken-Weine am besten mit dem andern Geschlechte sich vertragen, §. 66. so können des Mittags und Abends bey der Mahlzeit etliche Gläser von einem besagter Weine mit langsamen Zügen genommen werden. Eine im Reden sich entdeckende Munterkeit des Gemüths, eine über dem Körper sich sanft ausbreitende Wärme, eine zunehmende Geschwindigkeit der schlagenden Adern, eine behende Leichtigkeit der Glieder, können zum Maasse dienen, wie viel Gläser ihnen erlaubt werden können. Drey oder vier Gläser werden schon hinlänglich seyn, diese Würkung zu leisten. Die schädlichen Folgen des Miß-

brauchs

brauchs des Weines stellet der Poet in folgenden Gedancken vor:

Vino forma perit, vino corrumpitur aetas:
Vino saepe suum nescit amica virum.

Auch kann man mit gutem Rheinweine eine Frühlings- und Herbst-Cur anstellen. Nach geschehenem Aderlaß und gereinigten Gedärmen trinkt man des Morgens nach Belieben Schwalbacher, Dünsteiner, oder Seltner Wasser, man bewegt sich dabey gelinde, bis der Mittag kommt, und fährt damit fort, bis die erzielte Absicht erreicht worden.

§. 68.

Verbindung des Vorhergehenden mit dem Folgenden.

Mäßigkeit im Essen und Trinken, §.29. bis §. 68. anhaltende Motionen, nie versäumte Aderlässe, Vermeidung heftiger Leidenschaften, preise ich, als die bewährten Waffen, an, wodurch sie mächtige Feinde, Dick- und Vollblütigkeit, besiegen können. Feste, hohle, in zarte Gänge künstlich gedrehete, und flüßige, in diesen aneinander hangenden Canälen sich bewegende, Theile führen den Bau ihres belebten Körpers auf. §. 1. 2. Diese feste und flüßige Theile haben sie, als zwo streitende Partheyen, anzusehen; sie müssen in ei-

nem Gleichgewichte bleiben, wenn Ruhe und Friede im Lande des Körpers wohnen soll. Gewinnt eine Parthey die Oberhand über die andere, so entsteht Brand und Feuer, Verheerung und Verwüstung. Wird die Bewegung des Herzens, der Adern, der Musceln zuheftig, so wird das Geblüt in die Flucht gebracht, es bricht in Blutflüsse, in Schmerz, in Drücken und Entzündung aus, es wüten krampfhafte Zufälle, wodurch stockende und faulende Säfte eingeschlossen und umringet werden. Lassen sich gegentheils die festen Theile von der Menge der flüßigen gefangen nehmen, so dringt Schmerz, Schläfrigkeit, Müd- und Mattigkeit der Glieder, Verstopfung, Verdunkelung der Sinne, Verlust des Appetits, Unordnung der monatlichen Reinigung, Unruhe im Schlafe, schweres Athemholen, Kopfweh, Brustdrücken, 2c. mit stürmender Hand ein. Sie sind also verbunden, ein Gleichgewicht zwischen den festen und flüßigen Theilen aufrecht zu erhalten, und dieses Gleichgewicht bestehet in einem solchen Verhältnisse der Säfte gegen die hohlen Canäle, daß weder deren Menge, Zähigkeit, und Schärfe, diesen zur Last und Schaden gereicht, noch der letztern zusammenziehende Kraft zustark oder zuschwach dem Geblüte nachtheilig, und das Wohl der thierischen Einrichtung stören und unterbrechen kann. Erkennen sie

also die Verbindlichkeit zur Mäßigkeit im Essen und Trinken, zur Vermeidung aller heftigen Gemüthsregungen, zu anhaltenden Motionen, zur Beobachtung der dienlichen Aderlässe. Die Leibesbewegungen zeigen sich hier besonders mächtig. Die §. 29. getroffene Ordnung läßt mich jetzo etwas weniges von den Motionen und Gesundheitsreisen reden, eine Materie, so ihre Achtsamkeit nicht weniger erfordert.

II.

Von denen Motionen.

§. 69.

Erklärung.

Auf diesem uns zu einem flüchtigen Aufenthalte angewiesenen Weltkörper nehmen wir einen Ort ein. Der Bau unsers Körpers erfordert Theile, die auseinander gesetzt sind. §. 1. 2. Wir haben beugsame Glieder, §. 1. wir haben das Vermögen, unsern Körper zu denen ihm möglichen Verrichtungen zu bestimmen. §. 3. 4. Mithin besitzen wir die Fähigkeit, den Ort, den wir einnehmen, zu verändern. Und wenn dieses geschieht, so bewegen wir uns.

§. 70.

Erklärung.

Wir haben einen Körper, so aus unendlichen Hebeln erwächst. Es ist alles in Bewegung, alles äussert ein Bestreben, seinen Stand zu verändern. §. 1. 10. 69. Und die Bewegungen, zu denen der Körper aufgelegt, sind theils willkührlich, theils ereignen sie sich nach dem gesetzten Laufe der Natur. §. 10. Wir bewegen sehr oft unsern Körper, ohne es zu wissen. Die Nachtwanderer stehen ohne vorhergehende Ueberlegung auf, eröffnen die Thüren, besuchen unwissend Keller, und Boden, ja ersteigen so gar hohe Dächer; und wissen, wenn sie nicht aufgeweckt werden, in dieser Unwissenheit ihr verlassenes Bette wiederzufinden. Wir bewegen entweder den ganzen Körper, oder nur insbesondere einige Theile. Jene heissen universelle, diese aber Particulär-Bewegungen. Handmühlen, Pressen, Sägen, Hobeln, Drechseln, Dreschen, Mähen, sind Handarbeiten; das Orgeltreten, Schleif- und Spinne-Rad, und so weiter, erfordern die Bewegung der Füsse. Wir verrichten ferner die Bewegung blos durch unsere Gliedmassen, oder nehmen andere Körper zu Hülfe, um theils die Bewegung angenehm, theils geschwinder, unter beständigen Abwechselungen, zu verrichten. Spazirengehn, Laufen,

Tan-

Tanzen, sind die einfachesten Bewegungen. Reiten, Fechten, Fahren, Schiffen, Ballonschlagen, Kegelschieben, das Sänftetragen, Billiard, Jagen, Schuckeln, erfordern, ausser den natürlichen Bewegungsinstrumenten, andere Geräthschaft, und daher nenne ich sie zusammengesetzte Bewegungen. Die sich wieder füglich eintheilen lassen, einmahl in solche, zu deren Ausübung wir bequeme Körper ergreiffen, an denen unsere Gliedmassen sich thätlich erweisen, dahin gehört Kegelschieben, Ballschlagen; zweytens in solche, da wir bey äusserlichen genommenen Hülfsmitteln uns leidend verhalten: dahin das Fahren in Kutschen und Chaisen, das Tragen in der Sänfte, das Schiffen oder Fahren in Böthen, oder Jagdschiffen, zu zählen; und endlich in solche Motionen, die aus den beyden vorhergehenden vermischt sind, und da man sich also theils geschäfftig, theils leidend verhält: dahin kann man das Reiten, Rudern, das Fahren in einem auf zwo Rädern hangenden Wagen, den die insitzende Person mit einer zurückgebogenen beweglichen Deichsel nach Gefallen bewegen und treiben kann, rechnen.

§. 71.

Erklärung.

Halten wir ferner mit Aufmerksamkeit die verschiedenen Sorten der Bewegungen §. 70. zusam-

zusammen, so lassen sie sich in starke, und gelinde, abtheilen. Die erstern sind mit einer Ermüdung, Entkräftung, und Wallen des Geblüts; die letztern aber mit einer Munterkeit des Gemüths, mit einer Leichtigkeit der Glieder, mit einer milden über den Körper sich ausbreitenden Wärme, vermehrten Appetite, und so weiter, verknüpft. Daß unter gelinde Bewegungen Spatziergehen auf der Ebene, Spinnen, Fahren, Sänftetragen, Ballonschlagen, Kegelschieben, gelindes Reiten, Tanzen, und Fechten, gehöre, lehrt deren Begriff.

§. 72.

Lehrsatz.

Wenn wir uns bewegen, so verändern die fleischichten Theile ihre Lage. §. 70. Geschicht also die Bewegung geschwind, so verändern sie auch mit einer Geschwindigkeit ihre Lage. Bewegt sich der fleischichte Theil geschwind, so läuft der Nervensaft mit grösserer Lebhaftigkeit in die musculösen Theile; er verdünnet die Säfte, bringt sie in Bewegung, und so schwüllet der Muscul durch sie auf, er zieht sich zusammen, wird kürzer, und bewegt den ihm anvertrauten Knochen. Folglich, wenn wir uns bewegen, so laufen die Lebensgeister stärker nach dem bewegten Muscul.

§. 73.

Lehrsatz.

Wenn wir unsere Glieder bewegen, oder bewegen lassen, so werden die Muſceln zuſammengezogen, §. 72. folglich die die Muſceln durchlaufenden Blutgefäſſe gequetſcht, gedrückt, und gereizt; folglich müſſen dieſe mit gröſſerer Kraft in das bewegende Blut agiren. Agiren dieſe mit vermehrter Kraft in die Säfte, ſo nimmt deren innere Bewegung zu. Gewinnt deren innere Bewegung ſtärkern Zuwachs, ſo werden die eingeſchloſſenen Feuertheile frey. Deren Befreyung giebt Wärme. Folglich kann durch die Bewegung unſers Körpers die Empfindung einer Wärme verurſacht werden.

§. 74.

Lehrsatz.

Bewegen wir uns, ſo entſteht Wärme. §. 73. Dieſe Feuertheile reizen die feſten Theile, verdünnen die eingeſchloſſene Luft, ſetzen die dicken Säfte auseinander, machen ſie flüßig, geiſtiger, und zum Umtriebe geſchickter. Folglich kann die Bewegung des Körpers den Umtrieb der Säfte ſchneller machen, die dicken Säfte verdünnen, und ſie zur Abſonderung vorbereiten. Folglich kann die Bewegung

die

die Se- et Excretiones befördern, die Transspiration vermehren, den Zufluß des Magensaftes stärker machen, und folglich den Appetit vermehren, die Galle flüßig, die Gedärme geschmeidig, und den Leib offen erhalten, die monatliche Reinigung in Ordnung bringen, und den Schwangern die Geburt erleichtern.

§. 75.

Erste Pflicht.

Ein Frauenzimmer muß sich bewegen. Ein Frauenzimmer ist verbunden, den Umlauf des Geblüts zu erhalten. §. 30. Es ist verbunden, der Vollblütigkeit, der Unflüßigkeit, der Zähigkeit der Säfte vorzubeugen. §. 68. Es ist verbunden, die monatliche Reinigung im behörigen Triebe zu unterstützen. Alle diese Vortheile gewähret uns die Bewegung. §. 69. bis 74. Stehen sie also auf, werden sie endlich schlüßig, und bewegen sich.

§. 76.

Zweyte Pflicht.

Ein Frauenzimmer muß die gelinden Motionen erwählen. Ein Frauenzimmer hat mehrentheils schwache Fibern, leichtes Blut, das keine starke Resolution, ohne Abnahme der Kräfte, Erhitzung, und andere Beschwer-

schwerden, leiden kann. Da nun dieses die Folgen von heftigen Bewegungen sind, §.71. so darf sich ein Frauenzimmer nicht heftig bewegen. Es soll sich bewegen, §.75. folglich muß es die gelinden Motionen erwählen. Diese bestehen im Spatziergehen, im Fahren in Kütschen, Chaisen, Phaeton, Jagdschiffen, Wagen, im Tragen in Portechaisen, im Tanzen. Folglich sehen sie ihre angewiesene Motionen. Doch will ihnen, wenn es nur hier Mode wäre, das Fechten und Reiten nicht mißrathen. Wie streitbar zeigen sich nicht die Rußische Monarchin, Elisabeth, zu Pferde? Wie reizend führt nicht die Zügel eine Marie Theresie? Das Schweitzerische und Italiänische Frauenzimmer wissen auch wohl mit Pferden umzugehen. Ja, in Böhmen jagen die Frauensleute so muthig und fliegend auf ihrem geschmückten Pferde, daß sie schwerlich der Jenische Pursche mit dem Chaloup seines Philisters Klepper einholen dürfte. Gewiß, Mutterbeschwerungen würden vielleicht so allgemein nicht seyn, wenn das Frauenzimmer gewohnt wäre, sich dann und wann ein Pferd satteln zu lassen. Und so kam ihnen auch das Fechten nicht unanständig seyn, zumahln im Winter, da fast alle übrige Motionen nicht statt finden. Wie sehr wußte nicht ein Alexander, der Grosse, die Herzhaftigkeit der Amazonen zu verehren, als ihre Führerinn ihm

die Visite gab? Wie viele von dem andern Geschlechte haben sich nicht durch den Degen in der Faust unsterblich gemacht?

§. 77.
Dritte Pflicht.

Gehen sie spatziren, so müssen sie einen angenehmen, plaisanten Spatziergang erwählen, reine, subtile Luft suchen, sich nach einer artigen Gesellschaft umsehen. Sie gehen spatziren, um den Umlauf des Geblüts, die Absonderung der Säfte, und die sanctorianische Ausdünstung, zu befördern; folglich müssen sie eine Luft suchen, die dem verlangten Entzwecke nicht zuwider. Nasse, feuchte, windigte, allzutruckene Luft verhindert die Ausdünstung, treibt die durch die Bewegung frey wordenen, nach der Haut eilenden, Flüßigkeiten zurück, besetzet die häutigten Theile mit Schleim, Schärfe, und Saltzigkeiten. Daher Husten, Schnupfen, Seitenstechen, Fieber, Friesel, rc. entstehen. Folglich müssen sie an feuchten, windigten, trüben, zutruckenen Tagen die Stube hüten, hingegen reine, temperirte Luft suchen. Ein angenehmer Blick grüner Auen, begraste Felder, gelinde rauschende Bäche, eine Abwechselung von Bergen, Wässern, und Thälern, beleben das Gemüth, und befördern dadurch die Lebensbewegungen. Eine vernünftige Compagnie

pagnie thut gleiche Dienste. Folglich suchen sie schöne Tage, lustige Compagnie zu ihrer Promenade.

§. 78.
Vierte Pflicht.

Sie können sich des Morgens nach aufgegangener Sonne, vor Tische, und nach Tische, gelinde bewegen. Ist die Sonne im Aufgange, so haben sich die Luftfeuchtigkeiten bereits im Sommer zur Erde gestürzt; Folglich ist die Luft rein. Eine Motion vor der Mahlzeit befördert den Appetit, §. 74. vermehrt den Durst, vertreibet die stockenden Winde, und befördert den Stuhlgang. Nun sind sie verpflichtet, die Verdauung auf alle Art und Weise zu erleichtern; Folglich ist eine gelinde Motion vor der Mahlzeit sehr zuträglich. Gleiche Vortheile, in Ansehung einer leichtern Verdauung, haben sie sich von der Bewegung nach der Mahlzeit zu versprechen.

§. 79.
Fünfte Pflicht.

Ich höre, sie fragen, was von der Mittagsruhe zu halten? Ich bin ihnen gar nicht entgegen, wenn sie nach Tische ruhen wollen. Nur erinnere, daß sie auf einem Lehnstuhle, Cannabee, oder andern commoden Orte, so

schlummern, daß der Kopf horizontal ruht. Dabey sie ihr Gesicht mit einem Tuche behängen können, um theils die Austrucknung des Mundes, theils das Einfallen der Lichtstrahlen, theils die Verfliegung der duftigen, feuchten, die Haut in ihrem Glanz und Purpur erhaltenden, Theile, zu verhindern.

§. 80.

Aufgabe.

Zu erfinden, wie lange sie sich bewegen müssen.

Auflösung.

Fangen sie an, sich gelinde an beliebte, anmuthige Oerter zu bewegen, fahren sie damit fort, bis sie

1. eine sanfte, sich durch die Glieder ergiessende, Wärme empfinden;
2. eine erwünschte Leichtigkeit der Glieder;
3. einen gelinden Dampf, oder Schlüpfrigkeit der Haut;
4. eine Munterkeit des Gemüths;
5. vermehrten Appetit; und
6. einen natürlichen Durst.

Erweis.

Denn dieses sind die Kennzeichen, daraus sie abnehmen können, daß der Umlauf des Geblüts

blüts durch die Bewegung ist stärcker worden. §. 26. 71. Die Vermehrung des Umtriebs des Geblüts ist die Endursache, warum sie sich bewegen. §. 75. Folglich, erfahren sie angegebene Kennzeichen, §. 23. so beschliessen sie vor diesesmahl ihre Promenade.

§. 81.

Anmerkung.

Erfahren sie nach der Bewegung 1) schweren Odem, 2) Müdigkeit, 3) allzustarken Zufluß des Speichels, 4) Schwere in den Gliedern, 5) Unruhe im Gemüthe: so lassen sie sich belehren, daß zuviel Blut in ihren zarten Blutgefässen sie incommodire, daß die monatliche Reinigung nicht im gehörigen Flusse, daß die Leber, Milz, und Gedärme, nicht frey, und daß sich Winde gesetzet haben; Bedienen sie sich der angerathenen Mittel, §. 68. nebst der Brunnencur. §. 65.

§. 82.

Sechste Pflicht.

Lieben sie die Mittagsruhe, so können sie sich gegen 4. bis 5. Uhr bewegen; alsdann ist die Verdauung vorbey, die weissen Milchthränen eilen zum Geblüt, und wollen in Purpursaft verwandelt seyn. Um dieses zu bewerkstelligen, ist nichts heilsamer, als durch gelinde Be-

wegung die Geschwindigkeit der schlagenden Adern zu vermehren; sie verhindern ferner dadurch, daß sich keine Cruditäten im Magen und Gedärmen verhalten, die zu Winden, Colic, Blähungen, und Verstopfung, die schädliche Anlage legen können. Sie befördern hiernächst auch den Stuhlgang. Vortheile gnug, ihnen diese Motion einzuschärfen.

§. 83.
Siebende Pflicht.

Nach geendigter Promenade müssen sie die vermehrte Transspiration zu erhalten suchen. In dem beständigen Fortgange einer ungehinderten Ausdünstung liegt ein grosser Theil der Gesundheit. Bewegen sie sich, so werden die Säfte verdünnet, und geben viele subtile, duftige Feuchtigkeiten. §. 73. Treten diese von der Oberfläche des Körpers zurück, so fallen sie auf die häutichten, membranösen Theile, oder bleiben zwischen Haut und Fleisch stecken, verursachen Jucken, Ausschlag, und Flußfieber. Gründe gnug, sie zu überreden, nach gehabter Motion dahin zu sehen, daß die Verfliegung der aus den eröffneten Schweislöchern sich ziehenden Theile ungestört bleibe. Hieraus fließt: Man hüte sich nach geendigter Promenade

1. vor Erkältung,
2. vor kaltem Trunke, §. 50.

3. vor

3. vor Aergerniß, Schrecken, Alteration, und Betrübniß,
4. vor Anlegung frischer Leinewand; hingegen eine Tasse Coffee, oder Thee, §. 60. 61. ein Glaß Wein, §. 52. 67. sind ihnen alsdann höchstdienliche Geträncke.

§. 84.
Achte Pflicht.

Sie müssen sich anhaltend bewegen. Sie essen alle Tage, §. 32. folglich gewinnen die Gefässe alle Tage neuen Widerstand. §. 4. 68. Folglich würde das zur Gesundheit nöthige Gleichgewicht zwischen den festen und flüßigen Theilen aufgehoben, wenn nicht der anwachsenden Vollblütigkeit, denen zu stocken beginnenden Säften, denen zur Unbiegsamkeit eilenden Gefässen, denen steif werdenden Nerven, durch beständige und täglich anhaltende Bewegungen vorgebeuget würde. Motionen steuren die überhand nehmenden Menge der Säfte, verdünnen das dicke, zähe Geblüt, erhalten die Gefässe geschmeidig, biegsam, und offen, geben subtile Feuchtigkeiten, die das Austrucknen und Spröde-werden der Canäle verhindern. Mithin ist das Anhalten der Leibesbewegungen die wahre Medicin, durch deren gehörigen Gebrauch wir uns ein gesundes und langes Leben zuziehen können.

§. 85.

Anmerkung.

Diesen Vortheil §. 84. wußten sich die Alten mit mehrerem Eifer zu Nutze zu machen. Unter beständiger Arbeit, und unaufhörlicher Uebung, wurden sie stark, und erreichten ein hohes Alter. Und von Jugend auf gewöhnten sie sich zu starken Leibesverrichtungen, und es fehlte ihnen daher an mancherley Abwechselung gar nicht. Homer bezeuget solches ιλιαδ B. V. 774. seq. edit. Camer. Bas. 1552. 4. p. 54. HIPPOCRATES de Diaeta Lib. II. Sect. I. Aphor. 3. CELSUS Lib. I. Cap. I. Lib. III. Cap. XIV. de Frictione, Cap. XV. de Gestatione. HIERONYMUS MERCURIALIS FOROLINIENSIS de Arte gymnastica veterum, Lib. VI. Friedrich Börner, M. D. de Arte gymnastica nova.

§. 86.

Neunte Pflicht.

Wie nun eine gelinde Promenade an einem truckenen Orte den Umlauf der Säfte erhält, §. 75. so hat sich das Frauenzimmer einen noch wichtigern Vortheil vom gelinden Tanzen §. 76. zu versprechen. Aimable vainqueur, la chaine, passe de pieds, und nicht zu heftig. In dieser Art der Be-

we-

wegung werden die Muſceln der Füſſe, und des dicken Beines, noch ſtärker angegriffen; mithin das Geblüt in heftigere Bewegung geſetzt; es wird flüßig, und kann ungehindert durch die Muttergefäſſe gehen; folglich verſtopfte Menſes heben, die Haut von Finnen und Ausfahren befreyen, das Ueberflüßige der Säfte zertheilen und ausführen. Und dieſen Nutzen haben bereits die älteſten Aerzte erkannt. So ſagt ANTHYLLUS Lib. VI. Cap. XXXI. Collect. Med. p. 298. das Tanzen befördert die güldene Ader, und das Nöthige eines Frauenzimmers. Und Aretäus rühmt es im langwierigen Kopfſchmerzen Lib. I. Curat. Morbor. Chron. Cap. II. p. 83. Da ſie ſich nun leicht beym Tanz erhitzen können, ſo ſchärfe ihnen mit Nachdruck die §. 54. 83. bekannt gemachte Regeln ein. Ich kann ihnen alſo dieſe Motion um ſoviel weniger abſchlagen, je reizendere Empfindungen der Augen, der Ohren, des Umganges, und der Abwechſelung, ſich darzu geſellen. Alle dieſe Umſtände bringen das Menſchliche in Regung, und vermehren die Würkungen der Bewegung.

§. 87.

Zehende Pflicht.

Verhindert ſie die grimmige Kälte, die gewöhnliche Promenade vorzunehmen: ſo er-

wählen sie den Federball in der Stube, welcher mit Racheten einem andern zugeworfen wird. Kopf, Hals, Brust, Leib, Hände, Füsse, sind bey dieser Motion in beständiger Abwechselung; eine Uebung, so keine weitläuftige Rüstung erfordert, und in ihrem Neglige um 5. bis 6 Uhr kann vorgenommen werden. Die Alten müssen auch hiervon sehr viel gehalten haben, indem Galen uns viele Nachricht vom Ballspiele zurückgelassen.

§. 88.

Eilfte Pflicht.

Es sind unter ihnen sehr zärtliche und fette Personen, die nicht wohl zu Fusse sind, denen kommen die hangenden Betten, Phaeton, Kutschen, Sänften, Jagdschiffe, Quellmalzens Motionsinstrumente, wohl zu statten. Die hangenden Betten soll Asclepiades erfunden haben; sie waren beweglich, und konnte der Körper darinne sanft hin und her beweget werden; sie haben also eine Aehnlichkeit mit unsern Wiegen gehabt. Ein auf einem Flusse, oder See, gehendes Schiff giebt dem Körper eine angenehme Bewegung; der Anblick der fliehenden Auen, das Rauschen der perlenschlagenden Ruder, die erfrischende Luft, und der Schall der tönenden Waldhörner, unterhalten zugleich das Gemüth, und beleben die thierische Harmonie. Von dem Motions-

Motionsinstrumente hat der Herr Professor Quellmalz selbst Nachricht ertheilt unter folgendem Titul: Langgewünschtes und neuerfundenes Motionsinstrument, wodurch der obere und untere Theil des Leibes zugleich bewegt werden könne, Leipzig 1733. 4.

§. 89.

Zwölfte Pflicht.

Je mehr rühmliche Absichten sie durch eine Handlung zu erreichen fähig sind, desto weiser sind sie. Wenn sie singen, so hat das Gemüth angenehme Vorwürfe, die ihnen theils empfundene Annehmlichkeiten wieder lebhaftig darstellen, theils sie zur Hoffnung künftiger Glücksfälle mit Anmuth aufmuntern; wenn sie singen, so befördern sie den Umlauf des Geblüts, verdünnen die Säfte, und machen sie flüßig. Ich habe daher Gründe gnug, ihnen Hirten- und Liebes-Gedichte zum Absingen darzulegen. Das laute Lesen fliessender und wohlgefaßter Gedanken findet ebenfalls meine Recommendation.

§. 90.

Dreyzehende Pflicht.

Ich werde nicht vergessen, das bey denen Alten so hochgepriesene Reiben mit weichen

Tüchern ihnen bestens anzurathen. Sie lassen sich mit einem warmen, truckenen, oder mit Chamillen-, Wacholder- oder Lavendel-Oehle, oder auch Capaunen- und Hüner-Fette benetzten Tuche, des Morgens, oder Abends, im warmen Bette die Füsse, den Rücken, und Unterleib, mit wiederholten Herunterfahren sanfte reiben. Es befördert die Ausdünstung, eröffnet die Schweißlöcher, macht die Haut rein, frey, glatt und schön; wenn sie unter den kurzen Ribben diese Bewegung vornehmen lassen, so verjagen sie die stockenden Winde, befördern die monatliche Reinigung, und erhalten die Schönheit der Taille. Vortheilhafte Würkungen des Reibens, (frottement) Würkungen, die auch dem schönen Geschlechte angenehm seyn müssen.

§. 91.

Anmerkung.

Hieher rechne ich auch das Electrisiren. Man hat bemerkt, es vermehre den Umlauf des Geblüts, mache es flüßig, und errege Schweiß. Herr Professor Krazenstein hat gefunden, wie sich die Anzahl der Pulsschläge von 80. bis zu 96. vermehre. Es sind hartnäckigte Flüsse, Lähmungen der Glieder, und Gichtschmerzen, dadurch gehoben worden. Indessen, da wir gnug Arten der Motionen haben, die im

Winter

Winter sowohl, als im Sommer, vorzunehmen sind, so können wir sie des Electrisirens überheben; und rechnen wir die Electrisirmaschine unter diejenigen Augenergözungen, die die Neubegierde einige Zeit duldet, bald aber von andern aufkommenden Veränderungen verdrungen wird. Eine vollständige Nachricht von den Electrischen Erfahrungen treffen sie in M. Pierre Massuet Elemens de la Philosophie moderne Chapitre XXIV. de l'Electricité an.

§. 92.

Erklärung.

Gesundheitsreisen nenne ich diejenigen Veränderungen der Oerter, die man zur Erfrischung der Luft, und zur Ergötzung des Gemüths, vornimmt. Lustschlösser, Sommerpalais, angenehme Dörfer, wohlangelegte Gärten, Bergschlösser, Landgüther, Gesundbrunnen, und reine Wasserquellen, geben zu diesen Gesundheitsreisen die beste Gelegenheit.

§. 93.

Anmerkung.

Ich habe den Celsus in der Ficke. Sie erlauben mir, eine Stelle daraus anzuführen, so hieher §. 92. gehört. Was ist das für ein Autor? Es ist der lateinische Hippocrates.

Der

Der lateinische Hippocrates? Kaum haben wir ihm den griechischen Hippocrates aus den Händen genommen, nun wollen sie aus dem lateinischen Hippocrates predigen? Ich verändere den Nahmen. Es ist der christliche Cicero. Ey! Latien ist verschwunden. Die Barbarey hat es verdrungen. Sie haben recht, die Barbarey hat Latien verdrungen; und hiemit nimmt die Barbarey der Grobheit, der Eigenliebe, und des Geitzes, überhand; eine unreine, sich weit ergiessende, Quelle, so den Nebenmenschen durch den reissenden Strohm der Untugenden unterdrückt. Allein, eben diese veranlaßte Gedanken rechtfertigen meine Bitte. Und wie kann sie mir abgeschlagen werden, wenn ich fremde Gedanken durch eine Uebersetzung verständlich zu machen verspreche? In dem ersten Capitel seines ersten Buches von der Arzeneykunst fängt er folgendergestalt an: Sanus homo, qui et bene ualet, et suae spontis est, nullis se obligare legibus debet: ac neque Medico, neque iatroalipta egere. Hunc oportet uarium habere uita genus: modo ruri esse, modo in urbe, saepiusque in agro: nauigare, uenari, quiescere interdum, sed frequenter se exercere. Siquidem ignauia corpus hebetat, labor firmat, illa maturam senectutem, hic longam adolescentiam reddit. Prodest etiam interdum

balneo,

balneo, interdum aquis frigidis uti: modo ungi, modo id ipsum negligere: nullum cibi genus fugere, quo populus utatur; interdum in conuictu esse, interdum ab eo se retrahere: modo plus iusto, modo non amplius assumere: bis die potius quam semel cibum capere: et semper quam plurimum, dummodo hunc concoquat. Sed ut huius generis exercitationes, cibique necessarii sunt: sic athletici superuacarei. Nam et intermissus propter aliquas ciuiles necessitates ordo exercitationis corpus affligit: et ea corpora, quae more eorum repleta sunt, celerrime et senescunt et aegrotant. Die nützliche Absicht des Autors geht dahin, uns die Motionen, eine abwechselnde Lebensart, und die beliebten Gesundheitsreisen, auf eine römische Art anzupreisen. Er räth, man solle sich bey gesunden Tagen keiner strengen Lebensordnung unterwerfen, und, zu seinem Aufenthalte, bald Landgüther, bald Lusthäuser, mit der Stadt verwechseln, und will hauptsächlich uns in beständiger Uebung erhalten, woferne wir unsere eigentliche Jahre in Gesundheit zubringen, und ein frisches Alter erreichen wollen. Und das ist es eben, warum ich ihnen die Gesundheitsreisen, §. 92. als dienliche Mittel zur Stütze eines dauerhaften Lebens, anrathe.

§. 94.

§. 94.

Zusatz.

Nehmen sie die Gesundheitsreisen vor, so verändern sie die Luft, den Ort, und haben dabey eine Bewegung. §. 92. Folglich können sie sich alle die Vortheile von den Gesundheitsreisen versprechen, die sie von der Veränderung der Luft, des Orts, und von Motionen, §. 80. bis 90. haben. Verändern sie die Luft, und erwählen eine reine, heitere, helle Landgegend, wie oben erwiesen worden, daß die Lebensgeister den subtilen, feurigen Lufttheil zu ihrem wesentlichen Bestandtheile haben: so folgt, daß, da durch Gesundheitsreisen eine reine, helle Luft gesucht wird, die Lebensgeister gleichsam erfrischet, würksamer und feuriger werden. Nun aber hanget von deren Beschaffenheit die Schärfe der Sinnen, die Munterkeit des Pulsschlages, die Lebhaftigkeit der natürlichen Bewegungen, des Appetits, der Ruhe, und so weiter, ab; Folglich können Gesundheitsreisen, in Ansehung der abgewechselten Luft, die Sinne schärfen, und den Umtrieb des Geblüts beleben. Mit den beliebten Gesundheitsreisen ist eine Veränderung des Orts verknüpft. Wird der Ort des Aufenthalts verändert, so bekommen die Sinnen neue Gegenstände, und das Gemüth andere Betrachtungsvorwürfe; folglich

lich das Gemüth ergötzet, und mit neuen Gedanken unterhalten wird; welches um soviel leichter geschehen kann, wenn Fremde Reisegefehrten abgeben, beständige neue Compagnie auf eine angenehme Art das Gemüth zerstreuen, Lustbarkeiten, Tänze, Bälle, Masqeraden, Comödien, und Concerte, angestellet werden. Wie Bewegungen des Leibes zum Wohl des Körpers abzielen, ist oben gezeiget worden.

§. 95.

Vierzehende Pflicht.

Die Gesundheitsreisen schärfen die Sinne, beleben den Puls, und den Umlauf des Geblüts, befördern die natürlichen Leibesverrichtungen, zerstreuen das Gemüth, und ermuntern das Herz. §. 93. 94. Nun sind sie verpflichtet, den Umlauf des Geblüts zu befördern, und die Uebereinstimmung aller ihrer Handlungen zu besorgen. §. 9. 10. 28. Ich hoffe mithin, ihnen ihre Verbindlichkeit zu denen Gesundheitsreisen gezeiget zu haben.

§. 96.

Anmerkung.

Daß die Landluft reiner, und folglich die Lebensgeister zur Ausübung der Werke des Witzes, der Scharfsinnigkeit, und des Verstandes,

standes, geschickter machen, beweisen der Alten ihre entfernte Wohnungen. Wir erblicken einen Horatz in Sabin und Tiburtin. Plinius ist nirgends lieber, als auf seinem Comnen. Wie prächtig, wie reizend, beschreibt er sein Laurentin? Und, wenn ein Tullius wichtige Staatsangelegenheiten vornahm, so begab er sich nach Lecuman, und bald nach Tusculan, um, von allen Zerstreuungen frey, der Landluft genüssen zu können. Was ist billiger, als hierinne denen Alten zu folgen?

§. 97.

Erfahrung.

Damit wir endlich mit dieser Materie zum Schlusse kommen, so erinnern wir noch aus der Erfahrung belehrt, daß alle diese angerathene Motionen, §. 70. bis 96. bey vielen Personen, die von Natur eine gute Dauung haben, nicht im Stande, die überflüßigen Säfte auszuführen, und folglich ein Gleichgewicht zwischen den festen und flüßigen Theilen zu erhalten. Um also der Vollblütigkeit, und dessen schädlichen Folgen vorzubeugen, ist zur Präservation das Aderlassen, Schröpffen, und gelinde Laxiren, zur Zeit höchstnöthig; welche Pflicht destodringender ist, wenn die Rechnung mit dem rothen Striche nicht übereinstimmt, und andere Merckmahle einer überhand nehmenden Menge der Säfte sich zeigen.

§. 98.

Aufgabe.

Zu erfahren, ob sie vollblütig.

Auflösung.

Zeigt sich

1. eine Röthe des Gesichts, der Augen, Kopfschmerzen, Drücken, und fliegende Hize, nach der Mahlzeit,
2. empfinden sie schweren Odem, besonders bey gelinden Bewegungen und Treppensteigen,
3. haben sie schlechten Appetit, schlafen unruhig, werden mit Träumen incommodirt,
4. findet sich eine Müdigkeit in den Gliedern, Trägheit zu den freyen Bewegungen, und Schläfrigkeit, ein,
5. ist ihnen ein geringer Grad der Hitze beschwerlich und unleidlich,
6. bleiben überdem die ordentlichen Menses aus, und haben vielleicht das Aderlassen übergangen: So schliessen sie mit Zuverläßigkeit, das viele Blut wolle Luft haben, drohe Schaden, und suche das Gleichgewicht zwischen den festen und flüßigen Theilen aufzuheben.

Erweis.

Verspüren sie Drücken, Röthe und Hitze der Augen, Kopfschmerzen, und fliegende Hi-

ze im Gesichte: so zeuget solches von einer widernatürlichen Spannung der Blutgefässe, und derer sie durchkreuzenden Nerven. Nun aber kann die Menge des nach dem Kopfe getriebenen Blutes diese widernatürliche Ausdehnung verursachen; folglich können bemerkte Zufälle Kennzeichen einer herannahenden oder gegenwärtigen Vollblütigkeit seyn. §. 26. Welches das erste.

Wird ihnen das Athemholen bey dem Treppensteigen und gelinden Bewegungen beschwerlich, so können sich die Lungen-Luftbläsgen nicht gehörig ausdehnen; es muß ein Widerstand da seyn, so ihre Ausdehnung in etwas hindert. Nun liegen die Lungen-Luftbläsgen traubenweise an den Blutgefäßgen, so die Lunge fast ganz ausmachen; folglich kann der Lungen Luftbläsgen natürliche Ausdehnung verhindert werden, wenn die Blutgefässe, daran jene beständig liegen, nicht nachgeben, sondern durch einen Widerstand der Ausdehnung der Lungen-Luftbläsgen hinderlich sind. Nun aber können die Blutgefässe denen ihnen anhangenden Luftbläsgen nicht nachgeben, wenn sie von der Menge des Geblüts strotzen. Steigen sie Treppen, oder bewegen sich, so entsteht eine Wärme in dem Blute, folglich eine Verdünnung, so eine Ausdehnung der Gefässe nach sich zieht. Das Zwergfell leidet ebenfalls allzuvielen Widerstand,

stand, indem dessen Auf- und Niedersteigen, theils von der Menge der Säfte des empfindlichen Magens und gespannten Gedärme, theils von denen sich zu sehr ausdehnenden Lungen-Blutgefässen, beschwerlich gemacht wird. Mithin kann Vollblütigkeit das Athemholen sauer machen. Welches das zweyte.

Ist zuviel Blut im ganzen Körper, so werden die zwischen den Blutgefässen laufenden Nerven gedruckt, und alsdenn zur Empfindung stumpf gemacht. Folglich, da dieses auch bey einer allgemeinen Vollblütigkeit im Magen geschehen muß, so kann der verlohrne Appetit die Menge der Säfte zum Ursprunge haben. Schlafen sie unruhig, besonders in der Wärme, so zuweilen mit Träumen verknüpft, so werden die Nerven widernatürlich gespannt, und empfindlich gereizt. Diese Spannung kann Vollblütigkeit verursachen; Folglich können genannte Beschwerden eine Vollblütigkeit verrathen, siehe No. 2. Welches das dritte.

Sind die Blutgefässe des ganzen Körpers mit allzuvielem Blute angehäuft, so werden die Nerven gedruckt, und unempfindlich, der Einfluß des Nervensaftes ist unterbrochen, das Gleichgewicht zwischen der bewegenden Kraft und der zu hebenden Last geschwächt. Folglich sehen wir, wie No. 4. angebrachte Umstän-

G 2 de

Staats Bibliothek Bamberg

de aus einer Vollblütigkeit entstehen können. Welches das vierte.

No. 5. ist aus No. 2. und 3. begreiflich.

Bleiben die Menses aussen, diese aber zur Entledigung des überflüßigen Geblüts dienen, so häufen sich die Säfte in den Blutgefässen, und müssen obengenannte Beschwerlichkeiten nothwendig erfolgen. Zum letztern Umstande gesellen sich Reissen, Ziehen, Spannen im Rückgrade, Schultern, und Unterleibe. W. Z. E.

§. 99.

Funfzehende Pflicht.

Erfahren sie also diese §. 98. bezeichnete Merkmahle, so sind sie verbunden, das Aderlassen vorzunehmen; denn hierdurch wird die Menge des Geblüts verringert. §. 97.

§. 100.

Sechzehende Pflicht.

Sie fragen, wie ofte soll ich die Ader öffnen lassen? Die Anzahl der Aderlässe muß, theils nach der Menge des zu lassenden Bluts, theils nach der Neigung zur Vollblütigkeit, bestimmt werden. Es ist rathsamer, ofte und wenig Blut zu lassen, als selten und viel Blut auf einmahl. Drey bis vier Aderlässe sind daher vollblütigen Personen in einem Jahre nöthig.

§. 101.
Siebenzehende Pflicht.

Sie lassen gewöhnlichermaassen auf dem Fusse: Denn, je mehr Absichten sie in einer Handlung vereinigen können, destoklüger sind sie; Nun aber kann durch eine Aderlaß auf dem Fusse, nach der Observation der Aerzte, die monatliche Reinigung zugleich befördert werden.

§. 102.
Achtzehende Pflicht.

Sie müssen sich die Ader öffnen lassen, wann sie die Kennzeichen §. 98. erfahren. Es ist nicht nöthig, alle angeführte Kennzeichen zusammen zu empfinden. Einige darunter können sie schon von der Vollblütigkeit versichern. Indessen wächset mit der Anzahl der gegebenen Merkmahle die Gewißheit der Vollblütigkeit. Frühling und Herbst sind die bestimmten Zeiten, da man Bader und Barbirer auf der Gassen eilen siehet. Sie verlangen vielleicht eine Aderlaßtafel; diese finden sie in allen Kalendern; ich will sie nicht von den Gestirnen abhängig machen. Indessen, da bey zu Ende laufendem Sommer die Luft ihre Feuertheilchen verliehrt, kälter wird, und also durch ihren Druck und Würkung die Säfte nach den innern Theilen treibt, wodurch die innern

Blutgefässe mit allzuvielem Blute überhäufet werden, so kann man im Anfange des Herbstes ein Aderlaß vornehmen. Im Frühlinge entsteht eine contraire Bewegung im menschlichen Körper; die Säfte dehnen sie aus, treiben die Gefässe auf, und locken die Säfte nach den äussern Theilen. Daher Nasenbluten, Kopfschmerzen, Drücken, Spannen, Ziehen, und so ferner, entstehen. Die Bewegungen und Empfindungen ihres Körpers kann kein Kalender bestimmen; die Luft ist es, die auf uns beständig würkt; sie vermischt sich mit unsern Säften, und giebt einen Bestandtheil des Nervensaftes ab. Daher haben sie auch zum Aderlaßfeste einen hellen und reinen Tag zu erwählen; müssen sich dabey vorher und nach der Aderlaß gelinde bewegen, lustige Gesellschaft um sich haben, verdauliche Speisen genüssen, ein Glas Wein trinken, und Schlaf meiden.

§. 103.

Neunzehende Pflicht.

Unrath, Schleimigkeiten, und Winde, können von denen täglich zu genüssenden Speisen entstehen. Die Gedärme, der Magen, der Schlund, und die Speiseröhre, treten bey den gemachten Oeffnungen hervor, umschlingen die Oberfläche des Körpers, und geben ihm ihre

fortge-

fortgesetzte Haut zur Oberdecke. Mithin ist die Haut des Menschen, als ein Fortgang der Gedärme, anzusehen. Folglich stehen der Magen und die Gedärme mit der Haut in einer besondern Connexion; daher alles, was den Magen schwächt, die Gedärme mit Schleim überzieht, die Ausdünstung unterbricht; und, was diese stört, verursacht einen Zufluß der Feuchtigkeiten nach dem Magen und Gedärmen. Sind also Schleimigkeiten in dem weiten und gekrümmten Darmcanale, so wird die Transspiration gestört. Diese muß besonders bey dem Aderlassen frey und ungehindert seyn. Folglich muß vor dem Aderlassen ein Laxans gereichet werden, weil sich beständig Cruditäten sammlen, und lange verhalten können. §. 97. Nehmen sie also etliche Tage vorher entweder englisch Salz, oder die Stahlischen, Becherischen, Hofmannischen Pillen.

* * * * * * * * * * * * * * * * *

III.

Von Schärfung der Sinne.

§. 104.

Erklärung.

Wir empfinden, wenn wir der Veränderung bewußt werden, so äusserliche Dinge in unsern sinnlichen Gliedmassen verursachen.

§. 105.
Zusatz.

Die Empfindung ist eine Vorstellung in der Seele der in uns würkenden äusserlichen Dinge. §. 104. Folglich werden drey Stücke zur Empfindung nöthig seyn: Einmahl äusserliche Dinge, zweytens sinnliche Gliedmassen, drittens ein Wesen, so des Bewußtseyns fähig ist, so wir oben die Seele genennet haben. §. 3. 4.

§. 106.
Zusatz.

Da also diese drey Erfordernisse, äusserliche agirende Dinge, sinnliche Gliedmassen, und Seele, in einer unzertrennlichen Verbindung stehen, §. 105. so kann keine Empfindung statt haben, wo eins von diesen dreyen Stücken fehlet; folglich kann man den Pflanzen eigentlich keine Empfindung beymessen.

§. 107.
Erklärung.

Sinnliche Gliedmassen sind diejenigen Theile unsers Körpers, in welchen die äusserlichen Dinge einen Eindruck machen, um davon in der Seele ein Bild zu erregen. In soferne also die Theile unsers Körpers mit Nerven begabt sind, in soferne werden sie alle em-

pfind-

pfindlich seyn, und sinnliche Gliedmassen abgeben können. Folglich kann von allen Theilen, in soferne in ihnen von aussen eine Veränderung verursachet wird, eine Vorstellung in der Seele erfolgen, so nach dem Grade der Würkung bald mit einem Bewußtseyn verknüpfet, bald nur dunkel ist.

§. 108.
Erste Pflicht.

Empfindungen gehören zu dem Wesen des Menschen. §. 4. Sie sind verbunden, die Vollkommenheit ihres Wesens zu befördern; §. 28. folglich erkennen sie die Nothwendigkeit, denen Empfindungen ihre Vollkommenheit zu geben. Je mehrere, je deutlichere, je vortrefflichere Empfindungen sie daher haben, destovollkommener machen sie sich den Sinnen nach. Und sie sind um soviel eher verpflichtet, die Menge deutlicher, vollständiger und schöner Erfahrungen zu suchen, je gewisser es ist, daß Gedächtniß, Einbildungskraft, Witz, Scharfsinnigkeit, Vernunft, und Dichten, ihren Stoff von den äusserlichen Sinnen erhalten; um nichts von dem Reizenden zu erwehnen, so uns bey den Empfindungen erlaubt ist.

§. 109.
Erklärung.

Aeusserlich würkende Dinge §. 104. 105. sind alle die sinnlichen Vorwürfe, so eine Veränderung durch ihr Daseyn in unsern Gliedmassen §. 107. erregen können. Folglich können die Werke der Natur, der Kunst, und die Handlungen der Menschen, Gegenstände der Sinnen seyn. Das grosse Reich der Natur, die sich unsern Sinnen mit so prächtigen Schätzen darstellet, die künstlichen Erfindungen, die Anlegung so vortrefflicher zahlreichen Machinen, eingerichtete Concerte, Comödien, Pantominen, Masqueraden, und Opern, geben ihnen Gelegenheit, viele Erfahrungen, und viele Empfindungen, zu sammlen. Ich muß ihnen daher rathen, die Physic, die Historie, und die Werke der Kunst, zu erlernen.

§. 110.
Zweyte Pflicht.

Sie sind verpflichtet, die Vollkommenheit der Empfindungen zu suchen. §. 108. Die Vollkommenheit der Empfindungen hängt von der Menge und Anzahl der trefflichsten und nützlichsten Empfindungen ab. §. 109. Die Betrachtung der weiten Natur, der ausgespannte Bau der Weltkörper, die Verrichtungen und Handlungen der Menschen,

Oeco-

Oeconomie, Music, Zeichnen, Mahlen, und Reissen, geben den Empfindungen einen weiten Umfang. §. 109. Folglich haben sie sich, in Ansehung der zur Empfindung abzielenden ausserordentlichen Dinge, §. 104. mit der Natur, Historie, Music, Oeconomie, Mahlen, Zeichnen, Mechanic, ꝛc. bekannt zu machen. Zur Erlernung der Naturlehre gebe ich ihnen Winklers, Krügers, und Eberhardts, sowohl deutlich, als gründlich verfertigte Naturlehren in die Hände. Die Historie erfordert die Geographie; Folglich sehen sie die Nothwendigkeit, auch Hübners Geographie sich anzuschaffen.

§. 111. Dritte Pflicht.

Sollen Empfindungen ihre Vollkommenheit haben, so müssen die Gliedmassen ihre gehörige Stärke besitzen. §. 104 — 107. Folglich werden sie für deren Vollkommenheit Sorge zu tragen haben.

§. 112. Vierte Pflicht.

Sie müssen die sinnlichen Gliedmassen in ihrer Güte zu erhalten suchen. §. 111. Nun werden sie in ihrer Kraft erhalten, wenn die Nerven, und der Nervensaft, nebst dem Umlaufe der Säfte, in ihrer Vollkommenheit erhalten

halten werden. Folglich verbindet sie das Nöthige der Empfindung, den Umlauf der Säfte, die Nerven und Lebens-Geister, in ihrer natürlichen Verfassung verbleibend zu machen. Dieses können sie bewerkstelligen, wenn sie gesundes Essen und Trinken, ächten Wein, reines Wasser, Motionen, Reiben der äussern Glieder, §. 90. gesunde, frische Luft, und Vermeidung heftiger Leidenschaften, den Plan ihrer Lebensordnung ausmachen lassen. Folglich suchen sie neue Bewegungsgründe, die ihnen von §. 30. bis 90. vorgeschriebenen Gesetze auf das sorgfältigste zu beobachten.

§. 113.

Fünfte Pflicht.

Zu dem Empfinden wird eine Vorstellung erfordert. §. 104. 105. Sie müssen die Vollkommenheit der Empfindung suchen. §. 108. Folglich müssen sie auch auf eine Vollkommenheit der Vorstellung bey den Erfahrungen dringen. Die Deutlichkeit und Vollständigkeit geben der Vorstellung in der Seele ihre Vollkommenheit. Folglich müssen sie auch eine deutliche und vollständige Vorstellung in der Seele suchen. Folglich werden sie auf alles, was sie empfinden, achtsam seyn, alles stückweise durchgehen, und zum öftern empfinden müssen. Nun

aber

aber giebt uns die Vernunftkunst Anleitung, wie das empfindende Wesen sich gewöhnen kann, den Empfindungen Deutlichkeit zu geben. Ich sehe mich also verpflichtet, ihre Bibliotheck mit Wolfens Vernunftlehre, und Gottscheds Weltweisheit, zu vermehren. Erkennen sie also die mächtige Verbindung, ihre denkende Kraft zu deutlichen Empfindungen von Jugend auf zu führen, das heißt, die Vernunftkunst zu erlernen.

§. 114.

Lehrsatz.

Sie haben Empfindungen. §. 1. 4. 5. 104. Die göttliche Absicht ruht dabey, theils auf der Nothwendigkeit, theils auf dem Reizenden, so uns die Sinnlichkeit verschafft. Sie sind Menschen, und die Sinnlichkeit ist folglich ein Stück ihres Wesens. Sie haben daher Erlaubniß, das Angenehme der Sinnlichkeit zu schmecken.

§. 115.

Sechste Pflicht.

Das Entzückende der Empfindungen erlaubet ihnen, ihr Wesen in beliebter Ordnung und Mäßigkeit zu schmecken. §. 114. Folglich sind Comödien, Opern, Pantominen, Concerte, Masqueraden, Bälle, Redouten, prächtige

tige Palläste, und glänzende Kleidung, erlaubt. Es ist erlaubt, das Angenehme des Geruchs und Geschmacks zu empfinden. Mithin verdenket ihnen niemand, die angenehmsten Balsame, die lieblichsten Speisen, und die herrlichsten Getränke, sich reichen zu lassen.

§. 116.

Siebende Pflicht.

Der keusche Trieb, den die Natur in ihnen wallen läßt, zu einem ehelichen Leben zu schreiten, gehöret unter die Empfindungen; §. 5. da ihnen also in gehörigen Schranken die reizende Sinnlichkeit verstattet wird, §. 115. so kann ihnen auch niemand, das Reizende der Empfindung, wodurch sie sich von uns unterscheiden, zu genüssen, verwehren. Die Mittel hierzu werde ich ihnen unten anzeigen.

§. 117.

Achte Pflicht.

Ein erlaubtes Vergnügen der Sinnlichkeit stimmt mit unserm Wesen überein. §. 4. 5. 114. bis 116. Der Mißbrauch derselben macht unvollkommen. Sie müssen nach der Stimme der gebietenden Natur alles Böse meyden. Folglich muß auch der Mißbrauch der Sinnlichkeit in ihren Augen ein Greuel seyn. Man mache kein Handwerk aus der Sinnlichkeit,

lichkeit, man überhebe sich nicht über seinen Stand, und nehme nicht die Sinnlichkeit zur Führerin seiner Handlungen an. Sie führt auf Abwege, versetzet uns in die Wildnisse, wo wir den Unvernünftigen ähnlich werden. Das streitet mit unserm Wesen. §. 4. Ich will sie durch diese Regel zu keinen Stoischen Nachfolgerinnen machen. Ich würde das Menschliche vergessen, ich würde Leib und Seele trennen, wenn ich sie unempfindlich haben wollte. Ich würde ihr Wesen zernichten, wenn ihnen die Empfindungen benommen würden. Nein, nein; Ich besiege vielmehr die Stoicker mit einem Vitus Amerbach in seinem Antiparadoxis, Argentorati MDXLI. Er schreibt an Johann Strubio Stofensi, von Wittenberg aus, folgendermassen: Sed nos meminerimus, ut dictum est, hominem esse non tantum animum, sed compositum ex animo et corpore. Quare metiendam esse felicitatem ex corporis etiam natura non solum ex animi ratione. Ita enim tota erit, et integra, si totius habebitur ratio, non tantum partis. Quod quia non faciunt illi, non omnibus suis numeris, constituunt beatum uirum, sed lacerum et mutilatum ponunt, et hominibus persuadere et obtrudere pro integro uolunt. Quid quod ita cohaeret, et copulatum est tam arcte cor-

corpus cum anima, ut non possit affici, aut pati aliquid, nisi una adficiatur animus et patiatur. Sicut e contra, cum patitur animus aliquid, patitur simul et corpus. etc.

IIII.

Wie Gedächtniß, Einbildungskraft, Witz, Scharfsinnigkeit, und Vernunft, auszuüben.

§. 118.

Erste Pflicht.

Aus denen bedächtlich gesammleten und wohl verbundenen deutlichen Empfindungen §. 104. bis 117. entwickeln sich durch die Uebung die obern Kräfte der Seele. Eine Wahrheit, die die Entstehung des Gedächtnisses, der Einbildungskraft, des Witzes, der Scharfsinnigkeit, und der Vernunft, zur Ueberzeugung lehret. Mithin sind diese edle Seelenwürkungen Verhältnisse, die sich auf die vorhergehenden Empfindungen beziehen. Wollen sie also ihr Wesen durch die Vollkommenheit dieser preiswürdigen Eigenschaften verherrlichen, und es ausgemacht ist, es können besagte Vorzüge ohne vorhergehabte

Empfin-

Empfindungen nicht statt haben: so ergiebet sich von selbst, sie müssen zuvor lernen, deutlich zu empfinden, viele Empfindungen zu sammlen, und sie in Ordnung zu bringen wissen. §. 113. Folglich werden die §. 104. bis 117. festgesetzten Regeln gewissenhaft beobachtet werden müssen, wenn sie nach ihrer Verbindlichkeit diese höhern Kräfte der Seelen zu einem Grade der Vollkommenheit erhöhen wollen.

§. 119.

Zweyte Pflicht.

Da Gedächtniß, Einbildungskraft, Dichten, Scherzen, Witz, Scharfsinnigkeit, Beurtheilungskraft, und Vernunft, von den gehabten Empfindungen ihren Stoff borgen: §. 118. so haben sie nur Gelegenheit und Uebung zu suchen, die gesammleten Erfahrungen gehörig anzuwenden. Folglich müssen sie von Jugend auf einen freyen Umgang mit Mannspersonen erwählen, sie müssen die Dichtkunst erlernen, Romanen, Fabeln, Liebesgeschichte, Satyren, Comödien, und Reisebeschreibungen, mit dem französischen Frauenzimmer fleißig lesen, Correspondenz anstellen, Erzählungen in öffentlicher Compagnie halten, sinnreiche Spiele sich bekannt machen, lustige Einfälle leiden, fremde Sprachen erlernen, Reisen vornehmen, Naturaliencabinette, Kunstkammern,

und so weiter, besuchen. Und also möchte ihre Hausbibliotheck einen zimlichen Zuwachs von Büchern erhalten. Lassen sie Holberg, Schweiff, Liscou, Besser, Geller, Barclai, Dongnivots, und Günther, obenan stehen. Das ist alles, was ich jetzo hiervon sage. Sie erblicken sogleich die Mittel, sich unter dem gelehrten Frauenzimmer einen Platz zu erwerben. Fragen sie die Madame von Scuderi, Marie Catharine Bußi, (Philos. Doct. et Prof. Publ. Bologne,) Marquise Schatelet, eine Gottschedin, eine Steinwehrin, eine Anna Christina Ehrenfried von Balthasarn, eine gelehrte und geschickte Johanne Wilhelmine Fridericke Hankelin, und eine westphälische Fräulein von Donoz: so werden sie von ihnen meine Vorschläge bestätiget finden.

V.

Von den Pflichten eines Frauenzimmers gegen den Willen.

§. 120.

Erste Pflicht.

Haben sie ihre Empfindung im §.104. durch Aufmerksamkeit und Wiederholung, §. 113. zum Witz und Scharfsinnigkeit kommen lassen:

lassen: §. 118. 119. so werden sie die sanftesten Neigungen, die reinsten Triebe, und die edelsten Regungen, verspüren; es wird in ihnen eine Begierde lodernd wallen, sich nach demjenigen zu lenken, was mit ihrem Wesen übereinstimmt, §. 1. 4. das mit Macht zu verabscheuen, was ihm zuwider seyn kann. Und, da die erhaltende Natur ihnen Bewegungsgründe einflösset, sich ihrem Wesen gemäß zu verhalten: so müssen sie, um sich mit Tugenden zu schmücken, dem Verstande eine Klarheit der Erkenntniß vorher zu geben, bemühet seyn. §. 118. Sie müssen also mit dem §. 104. bis 119. gepriesenen Wissenschaften die Moral verknüpfen.

§. 121.
Erklärung.

Leidenschaften sind widernatürliche Empfindungen. §. 104. Gegenwärtige, vergangene, und zukünftige Dinge können sie erregen. Sie sind theils angenehme, theils unangenehme und beschwerliche. Mit Empfindungen sind gewisse Bewegungen des Körpers verknüpft; Folglich müssen mit Leidenschaften widernatürliche Bewegungen verbunden seyn. Die Leidenschaften erheben entweder das Geschäfftige der Seele allzusehr, oder unterdrücken es allzusehr; Folglich werden die ersten von dem langsamen Um-

laufe des Geblüts, und von unterbrochenen Absonderungen aus dem Körperrevier eilender Säfte, begleitet seyn; die letztern werden die Circulation zuschnell machen, die Ausdehnung der Gefässe zustark ein Verfliegen der subtilen Säfte nach sich ziehen. Beyde stören den Umlauf des Geblüts, und bringen das starke Band der Seele und des Körpers in eine nachtheilige Zerrüttung.

§. 122.

Zweyte Pflicht.

Sie müssen die heftigen Leidenschaften meiden. §. 121. Es sind mit ihnen Unvollkommenheiten verknüpft, welche die Ruhe des Gemüths stören, und den Körper feindlich bestürmen; Folglich müssen sie Schrecken, Zorn, Aergerniß, Traurigkeit, und übermässige Freude, sorgfältig vermeiden, wenn sie die freundschaftliche Harmonie zwischen Leib und Seele, den freyen Umlauf des Geblüts, die dienlichen Absonderungen der Säfte, und die monatliche Reinigung, erhalten wollen. Und, da der Ueberfall der bestürmenden Affecten, bey Tische, beym Laxiren, Aderlassen, Vollblütigkeit, und Empfindlichkeit des Körpers, als in der Schwangerschaft, währenden Mensibus besonders Schaden droht: so sind sie verpflichtet, bey diesen Umständen mit grösserer

rer Sorgfalt der blinden Wuth der Leidenschaften entgegen zu gehen.

§. 123.

Dritte Pflicht.

Angenehme mäßige Leidenschaften befördern den Umlauf des Geblüts, beschleunigen die Absonderungen der Säfte, vermehren die Ausdünstung; §. 121. folglich sind sie verbunden, solche zu suchen. Vergnügen, Freude, lustige Compagnie, und angenehmer Zeitvertreib, muß ihnen allerdings erlaubt werden. §. 114. W. Z. E.

VI.

Von den Pflichten der Jungfern, und ledig bleibender Frauenzimmer.

§. 124.

Erklärung.

Die Pflichten einer Jungfer fliessen aus deren Begriff. Die Ordnung der Gedanken befiehlet mir daher, eine Erklärung von einer Jungfer zu geben, um dadurch Gründe zu erhalten, sie, edle Jungfern, von denen ihnen obliegenden Pflichten überzeugen zu können.

Die auf die Erhaltung dringende Natur läßt den Menschen nicht alleine seyn; Sie giebt ihm eine liebenswürdige Gehülfin, in der ein reiner Trieb wallt, eine Gesellschaft mit ihm, zur Stütze der Republique, einzugehen. Und diese Gehülfin, die, nach ihrem Bau und eingeprägten Neigung, das menschliche Geschlecht fortzupflanzen behülflich ist, pflegt man eine Frauensperson, Frauenzimmer, das andere, oder schöne Geschlecht, gemeiniglich zu nennen. Frauenzimmer zeigt das Gesellige, das Umgängliche, und das Gefällige, einer Frauensperson an; sintemahlen das Wort Zimmer bey den Alten diese Bedeutung hatte. Hat ein Frauenzimmer sich bereits nach der löblichen Gewohnheit der bürgerlichen Gesetze in ein Ehebündniß eingelassen, Kinder zu erzielen, und deren Erziehung gemeinschaftlich zu besorgen, so heißt es eine Frau, Weib, Dame. Hat sie ihren Mann durch den Tod, den Ehebrecher, verlohren, so geräth sie in Wittwenstand, und nennet sich Wittwe. Woferne ein Frauenzimmer noch nicht, nach der Ordnung der bürgerlichen Verfassung, das Zuthun eines Mannes erfahren, so nennet man es Jungfer. Holder Nahme! Verheyn theilet sie in formelle und reelle, davon der Grund in einer anatomischen Observation zu suchen. Jungfern gedenken sich entweder zu verheyrathen, oder ziehen das einsame Leben jenem

vor.

vor. Im letztern Falle nennet man sie Klosterjungfern, Nonnen, wenn sie dem weltlichen Leben Adjeu sagen, und sich dem geistlichen Stande in einem Kloster widmen. Mit denen beyden letztern wird sich meine Diät beschäftigen.

§. 125.

Erfahrung.

Gegen das vierzehende Jahr pflegt bey ihnen, Hochzuehrende Anwesende, eine Hauptveränderung vorzugehen. Der Wachsthum läßt nach, die Säfte sammlen sich, und werden den Gefässen durch ihre Menge zur Last. Die gütige Natur hat daher diesem sich anhäufenden Blute einen Ausgang in der Mutter, und deren Scheide, angewiesen. Und dieser nöthige zur Erhaltung der Gesundheit abzielende Fortgang des Geblüts durch genannte Wege heißt das Ordinaire, die monatliche Reinigung, der Fluß, die Zeit, Menses, die Seuche. Ehe aber die Natur das Ueberflüßige durch die Mutter- und Scheidemutter-Gefässe auszuführen lernt, muß sie Lehrgeld geben. Es begegnen ihr Hindernisse, die ihren Fortgang hemmen. Die engen zusammengepreßten Wege lassen sich nicht auf einmahl ausdehnen. Ohne Schmerz, Reissen, und Ziehn, geht es nicht ab. Die Dickblütigkeit ist auch hinderlich, daß das Geblüt die zarten

ten Gänge nicht paßiren kann. Daher eine Frauensperson sehr ofte, vor Ausbruche der Mensium, mit Nasenbluten, Kopfweh, Ausschlage, Augenflusse, fliessenden Ohren, geschwollenen Mandeln, Husten, Drücken, Spannen im Rückgrade und Schultern, incommodirt wird. Sie erfahren ofte die Kennzeichen, so ich §. 98. von der Vollblütigkeit angegeben.

§. 126.

Erste Pflicht.

Das Ordinaire dient dem Frauenzimmer zur Erhaltung der Gesundheit, und gehöret mit unter die natürlichen Gesundheitsumstände. §. 129. Folglich ist auch eine Jungfer verbunden, das Ordinaire in seiner Vollkommenheit, soviel möglich, zu erhalten. §. 28.

§. 127.

Zweyte Pflicht.

Beschwerliche Zufälle pflegen Vorboten der zur Reife kommenden Jungfern zu seyn. §. 125. Sie sind verbunden, alles Mögliche zur Vollkommenheit der monatlichen Reinigung beyzutragen. §. 126. Folglich müssen sie sich fleißig bewegen, §. 70. bis 90. zur Ader lassen, §. 99. das Reiben, Schröpfen, und Füssebaden, §. 90. vornehmen, ja, sie müssen auch §. 103. laxiren.

§. 128.
Dritte Pflicht.

Der ungehinderte Fortgang des überflüßigen Geblüts erfordert

1. flüßig, dünnes, und bewegliches Geblüt,
2. offene Wege durch die Mutter und Mutterscheide,
3. einen Trieb des Geblüts nach diesen Gängen. Folglich sind sie verbunden, sich ein flüßiges Geblüt zu machen, die bekannten Abscheidungscanäle offen zu erhalten, und die Bewegung des Geblüts nach diesen Theilen zu befördern. Hiernächst müssen sie Betrübniß vermeiden, (denn das macht das Geblüt dick und stillsitzend,) dasselbe mit Bewegungen vertauschen, und fleißig trinken. Es muß das Geblüt verdünnet werden; sie müssen süsse, saure, scharfe, und blähende Sachen, Obst, Milch, Käse, Gebacknes, fette Speisen, Zorn, Erkältung der Füsse und untern Theile, sorgfältig vermeiden. Es müssen die Muttergefässe nachgeben, und das Geblüt durch ihr Zusammenziehen nicht aufhalten. §. 60. bis 90. 122. 127. Fußbäder, Reiben der untern Theile, §. 90. müssen ihnen zustatten kommen. Stahlische, Becherische, und Hofmannische Pillen, Bernstein-Essentz, Essentia croci,

alcalinische Tincturen, Lachen, Reden, Scherzen, lustige Gesellschaft, angenehme Spiele, Tanzen, Fahren, §. 80. und Gesundheitsreisen, §. 92. befördern die Richtung des Geblüts nach den Geburtstheilen; Folglich sind sie, genannte Verrichtungen vorzunehmen, verbunden. Und der Grad dieser ihnen bekannt gemachten Verbindlichkeit wächst mit der Hartnäckigkeit der zum Abtrage des monatlichen Zolls unwilligen Natur.

§. 129.

Erfahrung.

Mit dem Aufhören des Wachsens, und Eintritte des Ordinairen, regt sich bey ihnen eine besondere Empfindung, wodurch sie sich vorzüglich von uns unterscheiden, eine Empfindung, die ihnen den Ehestand angenehm macht, eine Empfindung, die ihnen die Liebe zum Leben einflößt, eine Empfindung, die die natürliche Liebe der Eltern gegen die erzielten Kinder veranlaßt. §. 124. Diese Empfindung hat merkliche Veränderungen im Körper genau vergesellschaffet. §. 121. Bricht also diese Art der Empfindung in eine Leidenschaft aus, §. 104. 121. so müssen heftige Unordnungen in dem Umlaufe des Geblüts sich ereignen. §. 122. Die Erfahrung lehrt, wie Melancholie, Raserey, Unruhe, Traurigkeit, und Bangigkeit,

zum

zum öftern sie aus keiner andern Ursache peinigen und foltern, als weil die Heftigkeit dieser Empfindung ihnen zubeschwerlich wird. Ich habe §. 116. versprochen, ihnen zu sagen, wie sie sich gegen diese natürliche Empfindung verhalten sollen. Vernehmen sie also in stiller Aufmerksamkeit folgende Regeln.

§. 130.

Vierte Pflicht.

Sie haben einmahl eine Empfindung zu Mannsfleische. §. 4. 17. 104. So lange sie in ihrem jetzigen Wesen einhergehen, können sie sich schwerlich dieser Neigung entäussern. §. 117. Das Reizende dieser entzückenden Lust erlaubt ihnen ihr Wesen. §. 114. Leidenschaften müssen sie vermeiden. §. 121. Folglich dürfen sie diese ihre Empfindung zu keiner Leidenschaft ausschlagen lassen. §. 129. Das Recht der Natur hat sich durch bürgerliche Gesetze verändert; diese haben das Heyrathen eingeführt. Ich nenne ihnen das sicherste Mittel, sie zum Genuß der erlaubten Empfindung zu führen, wenn ich ihnen zuruffe: Sie müssen heyrathen.

§. 131.

Fünfte Pflicht.

Sie müssen heyrathen. §. 130. Die Heftigkeit dieser Empfindung kann ihnen die grössesten

sten Unvollkommenheiten zuziehen. §. 129. Verspüren sie also diese Empfindung im grossen Grade, und erfahren öftere Anfälle vom Liebesfieber, so müssen sie zeitig heyrathen. Erwählen sie mit jener Jungfer zu E. zum Wahlspruche: Der Erste der Liebste. Ich rede im Ernst. Ich lege ihnen die Worte in den Mund, die ich, bey vorausgesetzten Umständen morgen anzubringen, bitte:

Ihm hab ich mich geweyht, ihm will
ich mich ergeben,
Mit ihm, mein ander Ich, wünsch ich
vergnügt zu leben.

§. 132.
Sechste Pflicht.

Allein, ich sehe nun Fragen, Bitten, und Befehle, gehäuft. Verschaffen sie uns nur einen Mann, wir wollen gerne heyrathen. Sollte sich so bald noch keine Gelegenheit zu einer erwünschten Heyrath finden: so müssen sie dieser lüsternen Empfindung, so vom Essen und Trinken, Müßiggang, und Zärtlichkeit, unterhalten wird, Zaum und Gebiß anlegen. Nebst Beobachtung der oben angeführten Regeln, §. 128. werden sie fleißig zur Ader lassen, sich täglich Motionen machen, wenig essen, das Reiben ofte vornehmen, sich der Fußbäder bedienen, angenehme Gemüthszer-

streuun-

streuungen vornehmen, moralische Betrachtungen lesen, und sich zugleich die Exempel unglücklich gerathener Ehen vorstellen. Bricht aber der Geduldsfaden, und sie hätten den Verlust der Gesundheit von der Heftigkeit der Empfindung zu besorgen, so sage ich ihnen, sie sind den Pflichten der Gesundheit, und dem ihnen erlaubten Gebrauche der Sinnlichkeit, mehr schuldig, als dem Wahn der pöbelhaft denkenden Gelehrten. Es wird diese so zarte, so schmachtende Empfindung von dem Körper angefacht; folglich haben die aus dieser Quelle entspringenden Handlungen wenigere Sittlichkeit, und können dahero niemanden so groß zur Last gelegt werden. Sie, holde Jungfern, haben mehrentheils ihr Glück von einer Heyrath zu erwarten. Es ist also rathsamer, die Zeit der Bestimmung abzuwarten, als eine Mariage en conscience, zum Nachtheil seines guten Nahmens, zu treffen.

§. 133.

Siebende Pflicht.

Preiswürdige Nonnen, ich schätze sie glücklich. Sie verbannen die Sinnlichkeit durch den Reiz der Tugend. Ich unterstütze ihren gefaßten Entschluß; und will ihn dauerhaft zu machen suchen. Zu dem Ende nehmen sie alle Tage eine bestimmte Arbeit vor, widmen sich den schönen Wissenschaften, und lesen, unter

ter Beobachtung §. 132. angegebener Regeln, moralische Gedichte, geistliche Betrachtungen über den Lauf der Natur, und die Handlungen der sinnlichen Menschen.

VII.

Von den Pflichten der Frauen während der Schwangerschaft, Wochenbettes, und Stillung des Kindes.

§. 134.

Erste Pflicht.

Verheyrathen sie sich, und verwechseln ihren Jungfernstand mit dem Frauenstande, §. 124. so fallen ihnen neue Pflichten zu, die aus dieser Bestimmung eine natürliche Folge haben. Da sie nun also Frauen werden, um Kinder zu gebähren und zu erziehen, so fließt hieraus ihre Schuldigkeit, die Vollkommenheit der Geburt, und der Erziehung der Kinder zu besorgen; hingegen alles zu vermeiden, was die Geburt, und die Erziehung der Kinder unvollkommen macht. §. 124.

§. 135.
Zweyte Pflicht.

Sie sind der Geburt und der Erziehung der Kinder Pflichten schuldig. §. 134. Die Erziehung der Kinder setzt die Geburt der Kinder zum voraus, die Geburt der Kinder die Entstehung der Frucht, die Entstehung und Bildung der Frucht kann ohne vorhergehende Beschwängerung und Empfängniß nicht gedacht werden, die Beschwängerung aber erfordert den Beyschlaf, oder das Zuthun eines Mannes. Folglich werden die ihnen mitzutheilenden Pflichten

I. die Empfängniß, oder Beschwängerung,

II. die Bildung der Frucht, so währender Zeit der Schwangerschaft geschicht,

III. die Geburt des gebildeten, und zum Anblick der Welt bestimmten, Kindes,

IV. die Erziehung und das Säugen der Kinder, betreffen. §. 134. Mithin befiehlet ihnen ihr angenommener Frauenstand, die Empfängniß, die Bildung der Frucht, die Geburt, und Erziehung des Kindes, vollkommen zu machen, und gegentheils alles sorgfältig zu vermeiden, was die Beschwängerung verhindert, schwer und unvollkommen macht, was der Gesundheit und Schönheit der zu bildenden Frucht entgegen steht, was die Geburt des gebildeten Kindes verhindert, schwer, und unvollkommen

macht,

macht, was viertens dem zu erziehenden Kinde Unvollkommenheiten, sowohl dem Körper, als auch der Seele, zuziehen kann. Vier Quellen, woraus ich ihre Pflichten herleite. Gönnen sie mir, junge Weiber, dero Achtsamkeit, und lassen sich überzeugen

I. Von den Pflichten einer Frauen gegen die Empfängniß.

§. 136.

Erklärung.

Die Empfängniß ist die erste Handlung des Ehestandes, §. 124. 134. 135. und wird darunter nichts anders gedacht, als diejenige Veränderung einer Frauen im ehelichen Beyschlafe, §. 135. da der begeisterte Theil des männlichen Saamens, durch die sich in der Hitze aufthuende und schwellende Muttertrompeten, ein Ey in dem Eyerstocke der Mutter berührt, hitzig betastet, und bewegend aus seinem Sitze treibt.

§. 137.

Erfahrung.

Gerathen nicht beyde Eheleute zu gleicher Zeit in eine rasende Ehehitze, so geschicht keine Empfängniß. Das Annähern und Aufschwel-

schwellen der Muttertrompeten erfordert einen gewissen Grad der Hitze, die mit dem Feuer des Mannes zu gleicher Zeit einfallen muß, wenn eine Vereinigung des Saamens mit dem Ey geschehen soll.

§. 138.

Erste Pflicht.

Wenn eine Frau das Ehebette besteigt, so muß sie sich beschwängern lassen. §. 135. Nun kann die erzielte Beschwängerung nicht vor sich gehen, wenn nicht die Ehehitze der beyden Eheleute zu gleicher Zeit einfällt. §. 137. Folglich muß die Frau die Hitze des Mannes muthig zu erreichen suchen. W. Z. E.

§. 139.

Zweyte Pflicht.

Die Frau muß die Hitze des Mannes in dem Ehebette muthig zu erreichen suchen. §. 138. Ist nun, dem Temperamente nach, die Frau hitziger, als der Mann, so muß sie ihn vorher durch Careßiren, verliebt machende Speisen und Getränke, stark zu machen suchen. Ist sie aber schläfriger, so hat sie sich auf gleiche Art ermuntern zu lassen. W. Z. E.

§. 140.

Anmerkung.

Die Uebereinstimmung der Gemüther ist das stärkste Band der Liebe; diese entspringt aus einer Aehnlichkeit des Körpers. Es ist mithin beym Heyrathen rathsam, auf die Aehnlichkeit der Temperamente zu sehen. Quod bene notandum est.

§. 141.

Dritte Pflicht.

Die Absicht des ehelichen Beyschlafs ist die Beschwängerung. §. 124. 135. Diese kann auf einmahl geschehen; Folglich kann die Absicht des getroffenen Ehestandes in einem ehelichen Beyschlafe erhalten werden. Mithin kann eine Frau, nach geschehener Beschwängerung, zu keinem Beyschlafe genöthiget werden. Da ihr indessen das Vergnügen dieser ehelichen sinnlichen Lust erlaubt, §. 132. so hat sie das Recht, ihres Mannes zu genüssen. Mein theurer Celsus redet hiervon im ersten Buche und dessen ersten Capitel also: Concubitus uero neque nimis concupiscendus, neque nimis pertimescendus est. Rarus corpus excitat; frequens soluit. Quum autem frequens non numero sit, sed natura, ratione aetatis, et corporis, scire licet, eum non

non inutilem esse; quem corporis neque languor, neque dolor sequitur. Idem interdiu peior, tutior noctu; ita tamen, si neque illum cibus, neque hunc cum uigilia labor, statim sequitur. Haec firmis seruanda sunt: cauendumque, ne in secunda ualetudine aduersae praesidia consumantur.

§. 142.

Vierte Pflicht.

Des Morgens ist nach genossener Ruhe das Gemüth munterer, und die Kräfte stärker; folglich ist diese Zeit zur Empfängniß die bequemste. Sie sind verbunden, alles zu thun, was zur Erleichterung der Empfängniß gereichen kann; §. 135. folglich liegt ihnen ob, die Frühstunden dieser ehelichen Handlung zu widmen.

§. 143.

Fünfte Pflicht.

Im Herbst und Winter ist die Force der festen Theile lebhafter, und die Bewegungen frischer; folglich ist die Zeit zur Vollziehung einer Hochzeit, und Erzielung gesunder Kinder, die vorzüglichste. Sie sind verbunden, das Vollkommene der Empfängniß zu suchen; §. 135. folglich haben sie diese Zeit zum Beyschlafe zu erwählen.

§. 144.

Anmerkung.

Die Lage, das Lager, und andere Vorbereitungen, befördern, oder verhindern und machen die Empfängniß schwer; folglich verbindet sie die Natur, auch hierinnen gewisse Pflichten zu beobachten. §. 135. Diese Materie gehöret allerdings hieher; Da aber der zu ertheilende diätetischer Unterricht kurz seyn soll, §. 26. so muß vieles einem mündlichen Vortrage vorbehalten werden.

§. 145.

Aufgabe.

Zu erfinden, ob die Empfängniß geschehen.

Auflösung.

Empfinden sie,

1) ihr Gemahl sey von ähnlicher Complexion,

2) die Leibeshitze sey gleichzeitig gewesen,

3) ein Frösteln, und besondere Schwachheitsempfindung,

4) ist die Zeit gehörig beobachtet; sind auch die, die Lage, den Ort, und andere Hülfsmittel, betreffende, Regeln nicht verabsäumet worden: so ist ohnfehlbar auf die geschehene Empfängniß zu schliessen.

Erweis.

Erweis.

Denn, wo alle Umstände zur Empfängniß da sind, und keine Mängel der Gesundheit bey den jungen Eheleuten wahrzunehmen, so muß, nach dem Laufe der Natur, die Würkung von selbst erfolgen. Sind nun die in den vier Gliedern stehenden Kennzeichen vorhanden, so sind die zur Empfängniß erforderlichen Ursachen da gewesen. §. 136. bis 144. Folglich können sie aus angezeigten Kennzeichen auf eine geschehene Beschwängerung schliessen.

II. Von den Pflichten gegen die zu bildende Frucht.

§. 146.

Erklärung.

Wird demnach das durch den männlichen Saamen berührte Ey §. 137. aus seinem Sitze durch die sich annähernden fallopischen Gänge zur warmen Mutter gebracht, so entstehet ein häufiger Zufluß des Geblüts nach den geschlungenen Mutterblutgefässen; die Mutter, die, in unendliche Falten gewickelt, klein war, dehnet sich aus, es tritt ein dünner Saft aus den sich erweiternden Gefässen, so das angekommene Ey berührt, dessen Häute durchdringt, und es an den Seitentheilen der Mutter anklebend macht. Daher dieses Ey ein

Theil der Mutter wird. Die Blut- und lymphatischen Gefässe schlingen sich also an das Ey. Der austretende Saft der Muttergefässe, dadurch das Ey an die Seitentheile der Mutter gebracht wird, verwandelt sich mit der Zeit in eine weiche circulrunde ausgehöhlte Substanz, so aus Blut- und lymphatischen Gefässen in der Mutter zusammengetreten. Dieser mit einer Haut (Chorion) umzogene Körper heißt der Mutterkuchen. Das in Häute eingeschlossene, befeuchtete, und aus seiner umgebenden Schaale sich lostrennende Ey, so mit der Mutter durch den Mutterkuchen vereiniget ist, heißt die Frucht. Die die Frucht einschliessenden Häute, die sich durch die Entwickelung der Frucht mehr und mehr ausdehnen, sind einmahl die äussere dicke, so den Mutterkuchen umzieht. (Chorion.) Dieser innere Oberfläche hat eine zärtere, schleimichte, zottigte Haut. (Amnium.) Diese zieht den aus den weiten Muttergefässen triefenden Saft an sich, bringt ihn zum Mutterkuchen, und zieht sich von da in die Nabel-Blutader in dem Körper der Frucht. Und so wird die Frucht von der Mutter ernährt. Die Häute sind mit Feuchtigkeiten angefüllt, darinne die wachsende Frucht schwimmend tummelt; sie dienen theils zum Unterhalte, theils zur Erweichung der leicht harsch werdenden Häute,

und des Mutterkuchens. Die sich entwickelnde Frucht, die mit andern Thieren eine Zeit der Gährung nach den stuffenweisen Veränderungen der steigenden Natur erfordert, ist anfangs unsichtbar, stellt bey der erst wahrzunehmenden Erscheinung ein rundes Kugelchen vor, daraus sich endlich einige lange Theile ziehen; der Kopf und Rückgrad ragen zuerst hervor. Keine Glieder sind wahrzunehmen. Der Nabel erscheinet breit, platt, und wie der stumpfe Theil eines Eyes. Mit der sich ausdehnenden Frucht dehnet sich die Mutter aus. Sie hat den Kopf zwischen den Füssen, und ist daher, als wie ein runder Ball, im Anfühlen. Je vollkommener die Frucht wird, destomehr Bewegungen nimmt sie vor; senkt sich endlich weiter nach dem Becken, und macht den innern Muttermund breit, und hart; bis endlich die Reife vollkommen, die Häute zerplatzen, die Wasser springen, und die Mutter schlüpfrig machen, die Wege mit dem eintretenden Kopfe erweitert werden, und sich also die Frucht einen Ausgang aus dem Finstern ins Helle verschaffet. Die bestimmte Zeit, die das befruchtete Ey zur Bildung und Endigung der Frucht erfordert, beläuft sich auf neun Monate; währender Zeit heißt die Frau schwanger; wiedenn die Dauer der Zeit, wäh-

rend welcher die Bildung geschiehet, die Schwangerschaft genennet wird.

§. 147.

Aufgabe.

Zu erfahren, ob eine Frau schwanger.

Auflösung.

1. Sind die angegebenen Zeichen der Empfängniß da; §. 145.
2. Hören die Menses auf, ohne andere einlaufende Ursachen;
3. Zeigt sich eine vorher nie wahrgenommene Geschwulst;
4. Findt sich Uebelkeit, Erbrechen, ausserordentlicher Appetit, und Eckel vor Fleisch;
5. Schwellen die Brüste auf, und geben beym Drücken einen wässerigen weissen Saft;
6. Ist der schon zugespitzte innere Muttermund breit, hart, gesenkt, verschlossen, und dem äussern Muttermunde nahe;
7. Ist die Geschwulst, No. 3. wie eine Kugel, die sich schieben läßt, anzufühlen;
8. Sind gliedermäßige Bewegungen, so im Schlafe von einer Frau mit aufgelegter Hand am besten zu erfahren, wahrzunehmen;
9. Wird die Stirne braun;

10. Wer-

10. Werden die Augen mit einem Circkel umzogen;
11. Wird die Nase spitz, werden die Wangen schlapp, und zusammenfallend:

So können sie auf eine Schwangerschaft schliessen. Der Grad der Gewißheit wächset mit der Anzahl der Kennzeichen; folglich, je mehr Marquen sich kennbar machen, destozuverläßiger läßt sich von der Schwangerschaft urtheilen. Der vorhergehende Paragraphus giebt uns den Schlüssel, diese Kennzeichen, als zuverläßig, anzupreisen. §. 148.

§. 148.
Erste Pflicht.

Heftige Bewegungen, als Tanzen, Springen, starke Purgiermittel, Schrecken, allzureiches Aderlassen, verhindern theils die Empfängniß, theils zernichtet es die Vereinigung des aus den Muttertrompeten ankommenden Eyes, und folglich die Entstehung der Frucht. §. 146. Eine Frau muß alles sorgfältig vermeiden, was die Entstehung der Frucht zernichten kann. §. 134. 135. Folglich sind sie, schwangere Frauen, verbunden, heftige Bewegungen, als Tanzen, Springen, starktreibende Mittel, Schrecken, allzuhäufiges und reiches Aderlassen, behutsam zu vermeiden.

§. 149.

Zweyte Pflicht.

Mit Gemüthsbewegungen sind Veränderungen des Leibes verknüpft. §. 121. Die Frucht ist ein Theil ihres Leibes; §. 135. folglich können ihre Gemüthsbewegungen in der Bildung der Frucht Veränderungen verursachen. Ihre Gemüthsbewegungen verursachen Veränderungen in der zu bildenden Frucht; folglich können heftige Gemüthsveränderungen der zarten Frucht unförmliche Gestalten einprägen. Wie der Umlauf des Geblüts in der schwangern Frau, wie die Bewegung der Lebensgeister beschaffen, so bildet sich die Frucht; folglich müssen sie alle fürchterliche Anblicke, Mißgeburten, ungestalte Personen, Geilheit, und Traurigkeit, bestens vermeiden; hingegen ihr Schlafzimmer mit schönen Bildern zieren, vergnügt und lustig seyn, und den sanften Trieben der Keuschheit sich ergeben. Vid. CLAVDII QVILLETI Callipaedia seu de pulchrae prolis habenda ratione Poëma didacticum, Parisiis 1709. Die Würkung der Sinnlichkeit verursacht ähnliche Bewegungen in der Bildung der Frucht; Von den Bewegungen, die sie sich durch sinnliche Bilder zuzuziehen fähig sind, hängt der Bau der zarten und wachsförmigen Frucht ab, folglich, wann

bey der Empfängniß das Weibliche die Oberhand hat, können sie schöne Kinder bilden; Und darzu sind sie verbunden. Schönheit ist eine Vollkommenheit. §. 134. 135. Schöne Bilder, treffliche Gemählde, Abschilderungen von vollkommenen Gliedmassen, Historien, und Erzählungen von Schönheitsvorzügen, beleben die Sinnlichkeit, gehen durch die Frucht, und geben ihr Gestalt und Ansehen. Ein scharf dichtender Oppian singet davon also:

Ipsi solent etiam saepe usurpare Lacones,
dum uxores cernunt utero catulire tumenti,
eximias pictas tabulas, et splendidas ponunt.
Quique hominum genere effulserunt inter ephebos,
Niuea, uel Narcissum, bellantemque Hyacinthum.
Atque adolescentes, facie, membrisque decoris
egregiosque *Deos*, qualis Tymbraeus Apollo
conspicua lauro redimitus; qualis et Euan
cingens pampineo fusos diademate crines.
Dum tabulas lustrant oculis, formasque uenustas,
attonito pariunt formosos ore Lacaenae.

Solten sie also in einer unordentlichen Republique wohnen, wo nicht die Aerzte den Rath weise

weise machen, und dem Herumtragen unförmlicher Geburten, und Hausiren übelgestalter Personen, Einhalt thun können: so müssen sie sich zu Hause halten, oder in sichere Gärten ihre Motionen vornehmen.

§. 150.
Dritte Pflicht.

Die Frucht ist ein Theil ihres Leibes, und wird von ihren Säften unterhalten. §. 135. Wie also ihre Säfte beschaffen sind, und bekannt ist, daß aus den Säften die festen Theile entstehen, so können sie der Frucht verdorbene, oder auch gesunde Säfte, starke, aber auch schwache Eingeweide, dauerhafte, aber auch mürbe Knochen, verursachen. Nun aber sind sie verbunden, gesunde und starke Kinder der Republique zum Dienste darzustellen; §. 134. 135. Folglich müssen sie besonders währender Schwangerschaft die Säfte rein, und ihr Gemüth von Leidenschaften gereinigt, zu erhalten suchen: Mithin scharfe, saure, unverdauliche, schwere, klebrichte, und blähende Speisen vermeiden, §. 30. bis 60. sich vor heftigem, nicht wohlgegohrnem Biere in acht nehmen; §. 40. Hingegen gesunde, nahrhafte und dauerhafte Speisen aus dem Pflanzenreiche erwählen, leichtes, wohlgesetztes Bier, und ächten Wein, ihren Trank seyn lassen.

§. 151.

§. 151.
Vierte Pflicht.

Der Verstand ist die Seelenkraft, sich etwas deutlich vorzustellen, oder die vorgesetzte Richtung der Seelenkraft auf die Theile eines Dinges. Wir stellen uns etwas deutlich vor, wenn eine lebhafte Richtung der Lebensgeister gegen das Gehirn entsteht; Sintemahlen das Denken aus der Würkung des Nervensaftes gegen die Seele herkommt. Folglich hängt der Verstand von einer lebhaften Richtung der Lebensgeister gegen das Gehirn ab; und also können lebhafte Empfindungen, und lebhafte Bewegungen, den Verstand erhöhen. Nun können sie durch ihre lebhafte Empfindungen Phantasien und Bilder, durch ihre lebhafte Bewegungen der in der Frucht verschlossenen Seele lebhafte Empfindungen und lebhafte Bewegungen mittheilen; §. 148. bis 150. Folglich können sie den Grund zu einem guten Naturell des Kindes legen, und dahero kluge Kinder auf die Welt setzen. Klugheit ist eine Vollkommenheit. Sie sind verbunden, vollkommene Kinder zu liefern; §. 134. Folglich sind sie auch verpflichtet, kluge Kinder zu erzielen. Mithin sehen sie ihre Schuldigkeit, währender Schwangerschaft ein lustiges Wesen anzunehmen, sinnreiche Compagnie zu lieben, geistvolle Bücher zu lesen, mäßig Wein

zu

zu trinken, sich gelinde zu bewegen, und edle Reizungen der Demuth, Gottesfurcht, und Gelassenheit, zu haben.

§. 152.

Fünfte Pflicht.

Sie sind vermögend, verständige und kluge Kinder zu erzielen. §. 151. Die Tugend hängt von dem wohleingerichteten Willen ab; der Wille bezieht sich auf den Verstand: folgends können sie tugendhafte Kinder bilden. Tugend ist eine Vollkommenheit. Sie sind, vollkommene Kinder zu gebähren, verpflichtet, §. 135. folglich müssen sie sich auch bestreben, tugendhafte Kinder der Welt zu schenken. Die Mittel hierzu werden §. 151. angezeigt.

§. 153.

Anmerkung.

Die Empfängniß geschieht im ehelichen Beyschlafe, §. 146. folglich hat der männliche Saamen ebenfalls Antheil an der Bildung und dem Naturell des Kindes. Durch den hitzigen Zusammentritt des Weiblichen und Männlichen entsteht die Empfängniß. §. 145. Die zu entwickelnden Faden, darinne die zur Reife eilende Seele, als einer rohen Hülse, umhüllt liegt, kann von beyden Eheleuten etwas annehmen; bald mehr, bald weniger. Folglich, wenn sie wollen, werthgeschätztes Ehepaar,

wie sie denn auch wollen müssen, gesunde, §. 150. schöne, §. 149 kluge, §. 151. tugendhafte, §. 152. Kinder, als Früchte ihres Ehestandes, aufweisen: so werden sie auf beyden Seiten ihre Pflichten zu beobachten suchen. Trunkenheit giebt tumme Kinder; und durch Arzeneyen erzwungenes Liebeswerk giebt matte und schwache Liebespfänder.

§. 154.
Sechste Pflicht.

Sind sie zur Helfte der Schwangerschaft, §. 146. dabey blutreich, so ist es dienlich, etlichemahl Ader zu lassen, und wenig auf einmahl; sie müssen den Leib, und die Füsse, wohl bedeckt halten; etlichemahl Stahlische, Becherische, oder Hofmannische Pillen einnehmen, des Hofmannischen Lebensbalsams sich bedienen, und den Körper in reiner Luft fleißig bewegen. Denn die Geburt muß erleichtert, und aller Unrichtigkeit gehörig vorgebeuget werden. §. 135.

III. Von den Pflichten einer Frauen gegen die Geburt.

§. 155.
Erklärung.

Unter der Geburt des Kindes verstehet man diejenige in neun Monaten erhaltene Reife

und

und Vollkommenheit des Kindes, da es in den eingeschlossenen Banden nicht länger wohnen will, sondern, durch vermehrte Bewegungen der Glieder, mit dem aus den Füssen gestreckten Kopfe einen Ausgang sucht. Die ungebundenen Häute fahren auseinander, die Wasser laufen, die Mutter bricht sich, und thut sich dehnend auf, der Druck der Muscfeln des Unterleibes, die Schwere der Frucht, die arbeitende und sich zum Zusammenziehen bereitende Mutter befördert den Durchgang des sich zum Anblicke der Welt anschickenden Kindes. Und so erscheinet es mit der Nabelschnure, und dem Mutterkuchen, nebst den es verlassenden Häuten. Eine Nuß fällt ab, wenn sie reif ist. Die Thiere verlassen ihre Rinde, durchbohren ihre Bollwerke, und eilen zum Anblicke der grossen Welt. Es sucht sich die Natur stuffenweise zu erheben. Alles nimmt vollkommene Gestalten an. Und warum sollte nicht bereits unsere Seele mit einem Gehäuse gleichsam umgeben seyn, so nicht eher zu seinem Glanze gelangen kann, bis sich unsere häutige Rinde verrunzelt, abschält, und dem luftigen Körper den Eintritt in das weite und feurige Luftrevier verstattet? Eine Hypothesis, die bey mir Wurzel geschlagen, mit mir lebt und stirbt, und mir eine göttliche Zufriedenheit schafft, ja, sie läßt mich mit Freudigkeit das Ende meiner Tage erwarten.

Brüstet euch, schwätzige Philosophen, mit der Anzahl der Monaden. Gaukelt, ihr vielschreyende Gelehrte, mit Phantasie und Aberglauben. Lernet die Natur, und lasset euch durch ihre Stimme zum Denken bringen. Die Häute, die das Kind muthig, bestürmend und tummelnd durchbricht, nebst dem Mutterkuchen, heißt die Nachgeburt. Weiln die Vereinigung der Nachgeburt, vermittelst der Gefässe, mit der innern Substanz der Mutter getroffen wird, §. 146. so wird es ohne Blutvergiessen nicht abgehen können. Dieser aus der Trennung der Nachgeburt entstehende Blutgang, so ohngefehr vier Tage anhält, heißt der Geburtsfluß. (Lochia.) Das herausstürzende Blut ist anfangs hellroth, nimmt ab, wird bleichgelb, und wässerig. Die sich ausdehnende und wachsende Frucht dehnet auch die Mutter aus. Dehnen sich folglich die Glieder der zunehmenden Frucht aus, so wird die Gebährmutter schmerzhaft und empfindlich angegriffen; Diese Schmerzen sind es, welche gegen die Geburtszeit heftiger zusetzen, und Wehen genannt werden. Sind sie mit einer baldigen Entbindung verknüpft, so heissen sie die wahren; sind es blosse Anfälle, die von dem Treten der Kinder ihren Ursprung haben, so heissen sie die wilden.

§. 156.

Aufgabe.

Zu erfahren, ob die wahren Wehen ansetzen.

Auflösung.

1. Ist die bestimmte Zeit der Schwangerschaft zu Ende;
2. Zieht sich der innere Muttermund gemählich voneinander, und öffnet sich;
3. Springen die Wasser freywillig; und
4. Halten die Schmerzen beständig an: So sind es die wahren Wehen. §. 154.

§. 157.

Erste Pflicht.

Sind die §. 156. bekannt gemachten Kennzeichen da, und hat es mit der Lage des Kindes seine gehörige Bewandniß, §. 155. so haben sie nur die Geburt zu erleichtern. Es geschiehet solches theils dadurch, daß die etwanigen Hindernisse gehoben, die natürlichen Kräfte unterstützt, und auf eine gelinde Art verstärkt werden. Das erstere wird bewerkstelliget, wenn die Blase, und der Mastdarm, leer gehalten werden. Die Mutterscheide, welche das zu werfende Kind paßirt, liegt über dem Mastdarme, und ist genau mit ihm vereiniget; folglich müssen sie ihren Urin vor der Geburt

burt lassen, erweichende Clystire sich setzen lassen, und frisch Mandelöhl trinken. Reizende Bilder und Gegenstände, die Sinnlichkeit erweckende Einflüsse, die Gegenwart des Mannes, eine Prise Toback, ein Glas Reinwein, Trisenet, ein commoder Geburtsstuhl, und zurückgehaltener Odem, sind die besten diätetischen Mittel, die, als Diätsrath, in Vorschlag bringen kann. Verlangt die Natur eine kräftige Reizung, so können folgende Pulver gebraucht werden:

℞. Hep. Anguill.
Bor. Venet. aa. ʒj.
♃ii ppt.
Succin. alb. ppti. aa. ʒj.

M. f. puluis, diuidatur in IV partes aequales.

℞. ⊖tri depurat.
♃ii diaphor. aa. ʒj.
Myrrh. rubr.
Cinnam. acuti aa. ℈j.

M. f. puluis, in IV partes aequales, so in schwarz Kirschwasser alle halbe Stunden kann genommen werden.

Zeigen sich, wider den günstigen Anblick der Lucinia, ausserordentliche Zufälle, so verwandelt sich die Diät und Hygea in eine Cur.

§. 168.

Zweyte Pflicht.

Tritt das Kind mit dem Kopfe aus der gebrochenen Mutter, §. 155. so muß es von einer behenden Hebammen mit warmen Tüchern aufgefangen, und die Nabelschnur behutsam verbunden werden. Hat das Kind unvollkommene Nägel, ist es zuschwach, schläft es beständig, zeigt es wenig Empfindung, und wenig Bewegung, so hat man es für unvollkommen zu halten. Die entgegen gesetzten Zeichen geben die Vollkommenheit des Kindes an den Tag. Die Pflichten einer Hebamme lassen sich hier nicht angeben.

§. 169.

Dritte Pflicht.

Der Abgang der Nachgeburt muß besorgt werden; §. 155. folglich können sie die langsame Natur durch Clystire, gelinde treibende Mittel, und durch behendes Umdrehen der Nachgeburt, so die geschickte Wehmutter zu verrichten hat, freundschaftlich ihrer Schuldigkeit erinnern.

§. 170.

Vierte Pflicht.

Der Geburtsfluß ist nöthig, §. 155. und muß befördert werden. Temperirende, kühlende

lende und abführende Mittel, als Spiritus Mineralis, Hofmanni Spiritus Carminatiuus de tribus, Spiritus Tartari rite paratus, Liquores ex nitro, conchis praeparatis, borace, croco, et reliqua, können, nebst einer Aderlaß auf dem Fusse, und den wiederholten Clystiren, dienlich seyn.

§. 171.

Fünfte Pflicht.

Die schwammichte Gebährmutter, die Herberge des gebohrnen Kindes, faltet sich auseinander, steigt, sich dehnend, bis über den Nabel, und macht das runde Aussehen einer schwangern Frau. Denn die weiblichen Theile liegen nicht unter dem Schmerbauche, wie die männlichen Geburtstheile. Diese ausgespannte und von Feuchtigkeiten durchzogene Theile ziehen sich nach der Entbindung wieder zusammen. Eine gleiche Zusammenziehung zu befördern, und den Leib einer übelaussehenden Dicke zu entziehen, so müssen sie ihren Unterleib nach der Entbindung binden lassen.

§. 172.

Sechste Pflicht.

Sie haben hiernächst Geburtsschmerzen, nach dem göttlichen Ausspruche: Mit Schmerzen sollt du Kinder gebähren. §. 155. Schmer-

zen sind unangenehme Empfindungen, so die allzustarke Spannung der Nerven in der Seele erregen. Eine Empfindung verdunkelt, schwächt, und hebt die andere. Einbildungskraft ist eine Empfindung, und hat die Würkung fast im gleichen Grade mit der würklichen Empfindung. Erinnern sie sich also des Vergnügens, so sie von ihrem Manne im Ehebette genossen, und stellen sich noch zugleich den künftigen Genuß von dieser Lust vor: so werden sie die Geburtsschmerzen ungemein lindern, und sich erträglich machen, das ist, verdunkeln. Nun können sie sich des im Ehebette genossenen Vergnügens erinnern, und sich auch dasselbe, als zukünftig, vorstellen, wenn ihr Mann bey dem Gebähren gegenwärtig ist. Denn sehen sie ihren Mann vor sich, so muß ihnen, nach den einmahligen Einbildungsgesetzen, auch dasjenige wieder erinnerlich werden, was mit ihm verbunden gewesen ist, und noch verbunden seyn kann. Es wird daher zu ihrer Beruhigung und Zufriedenheit gereichen, wenn sie bey der Geburt ihren Mann zugegen sehen. Er aber muß, nach den Regeln der Seelenkunst, ihre Einbildungskraft gehörig zu beleben, durch Zärtlichthun, und Versprechung ansehnlicher Geschenke, sie von seiner Liebe vollkommen zu versichern wissen.

§. 173.

Anmerkung.

Die Erfahrung belehret uns, wie sehr oft die Geburt schwere und fast nie zu hebende Zufälle nachlasse. Bald hört man über beständiges Kopfweh, bald über diese, bald jene Flüsse klagen. Gebährende hat man, als verwundete Personen, anzusehen, denen die geringste Alteration nachtheilig; Daher alle Traurigkeit, Schrecken, fürchterliche und schadende Einbildungskraft, Aergerniß und heftige Leidenschaften, von dem Wochenbette entfernet seyn müssen. Sie haben hingegen, empfindliche Sechswöchnerinnen, verdauliche Speisen, äusserliche Wärme, und gehörige Reinigungsmittel, zu suchen.

§. 174.

Anmerkung.

Die Erfahrung macht bekannt, daß sehr oft ein Stück der Häute, worinne die Frucht, als in einer Hülse, verschlossen liegt, an dem Kopfe des Kindes anbacke; man pflegt es abzusondern, zu trucknen, und, als ein Glückszeichen, aufzuheben, daher man es das Glückshäutgen zu nennen pflegt. Ob es Glück bedeute, kann ich nicht sagen; soviel aber melde ich, daß es von der besondern Lage der Frucht, von

fehlenden Feuchtigkeiten, und von einer unmittelbaren Annäherung der Häute an den weichen Kopf, herrühre.

IV. Von den Pflichten einer Frauen gegen das Stillen und Erziehen der Kinder.

§. 175.

Erklärung.

Die Milch ist ein weisser, süßlicher, fermentirlicher Saft, welcher in denen zur Zeit der Geburt aufschwellenden Brüsten sich sammlet, aus wässerigen, öhlichten, erdigten, salzigten Theilen, und häufigen Nervensafte, bestehet, und zum Unterhalte des neugebohrnen Kindes dienet.

§. 176.

Lehrsatz.

Ein Mensch kann ohne Essen und Trinken nicht lange leben. §. 30. Ein neugebohrnes Kind ist weich, zart, empfindlich, und kann von festen Theilen keinen Unterhalt haben. Die nöthige Kauung, und Dauungskraft, findet bey neugebohrnen Kindern noch nicht statt; folglich müssen flüßige und dünne Säfte ihm beygebracht werden. Hierzu giebt die Natur die

die Muttermilch, §. 175. folglich muß diese ihm zur Speise dienen. §. 31. Da dieses geschiehet, indem das Kind die Warze der vollen Brüste mit dem hohlen Munde umfaßt, drückt, und in den luftleeren Raum die Milch herauslockt, so nennt man diese Art, das Kind zu unterhalten, das Stillen und Tränken; gleichwie man vom Kinde sagt: es säugt, es trinkt. Folglich muß ein Kind säugen, und gestillet werden.

§. 177.

Erklärung.

Diejenige Weibesperson, die mit ihrer, aus ihren milchichten Brüsten gepreßten, Milch das Kind stillt, §. 176. bekommt den Namen einer Amme.

§. 178.

Erste Pflicht.

Eine Frau muß selbst Amme zu ihrem Kinde seyn. Eine Frau bekommt zur Zeit der Geburt einen nahrhaften milchichten Saft in ihren aufgetriebenen Brüsten, welcher von der Natur zur Nahrung des Kindes bestimmt ist. §. 175. Folglich muß sie, um der ruffenden Natur zu gehorsamen, ihr Kind stillen, §. 176. und also eine Amme abgeben. §. 177. W. Z. E.

§. 179.

Lehrsatz.

Die Aehnlichkeit der Lebensgeister eines Menschen können einem andern mitgetheilet werden. Die Richtung der Lebensgeister gegen die Seele bestimmen die Kraft der Seele zur Würklichkeit des Denkens. Sie enthalten mithin den Grund von den Vorstellungen in sich; folglich können gewisse Vorstellungen eines Menschen dem andern durch die Lebensgeister eingeflößt werden. Die Vorstellungen bestimmen den Willen; Folglich, da die Vorstellungen von den Lebensgeistern abhangen, so kann auch der Wille durch die Lebensgeister anders bestimmt werden; und also können in einen andern durch die Lebensgeister gewisse Neigungen, Begierden, und Triebe, gelegt werden.

§. 180.

Lehrsatz.

Durch die Frauenmilch können dem Kinde gewisse Neigungen beygebracht werden.

Erweis.

Die Milch ist mit Lebensgeistern begeistert. §. 175. Durch diese können gewisse Neigungen, folglich gute und verdammliche, beygebracht werden. §. 179. Dahero können

der

der Frauen gute und böse Neigungen gleichsam mit der Milch auf das zarte Kind fortgepflanzet werden.

§. 182.

Zweyte Pflicht.

Angenommene Ammen sind gemeiniglich frech, geil, verwegen, diebisch, und lasterhaft. Eine Frau ist verbunden, die Vollkommenheit ihres Kindes zu suchen; §. 135. 150. Folglich ist eine Frau verbunden, fremde Ammen, wo möglich, zu vermeiden. Hier überläuft mich der Amtseifer, hier muß ich einen scharfen Gesetzprediger abgeben, jetzt muß ich Gründe mit Gründen, um sie von der Nothwendigkeit, ihr Kind selbst an die Brust zu legen, zu überzeugen, häufen. Warum hat ihnen die Natur der Kinder Speise verliehen? §. 178. Sie sind verbunden, gesunde, kluge, und tugendhafte Kinder der Republique zu geben. §. 148. bis 154. Wie können sie sich, und ihrem Manne, ein Vergnügen schaffen, wenn sie übelgerathene, übelgezogene, in der Säugung verdorbene, Kinder erblicken? Gemächlichkeit, Wollust, angenommene Zärtlichkeit, finden hier keine Entschuldigung. Wie wollen sie es vor dem Richterstuhle des grossen Gottes verantworten, wenn ihre Kinder ihre Unglückseligkeit der Nachläßigkeit der

Eltern, mit Seufzen und Wehklagen, beymessen? Soll wieder ein Carl der Fünfte aufstehen, um durch eine Satzung die natürliche Pflicht zu einer nothwendigen zu machen? Vernehmen sie aufmerksam, was Helmont hiervon sagt *Ortu Medic. p. 629. Denique non sat est*, inquit, *morbos materiales lactis, occultas labes morborum, radices haereditarias per lac in sanguinem transplantari, et tenacissime incorporari; uerum uitiorum quorumcunque sementa moralia cum lacte intro penetrant. Obseruaui sic nutricem salacem, furtiuam, auaram, iracundamque suam fragilitatem transtulisse in pueros. Sic insolita in familia stupiditas, ira, dementia, multaque animi pathemata (etiam praeter effectus morales) dudum somniantia, ac tandem dierum sub maturitate explicata prodeunt, et per lac propagata. Tum demum lac in nutrice adhuc obnoxium est, ut cadauerescat, si nutrix clanculum impraegnata est, participat de febribus, et malis, quae nata sunt, quomodo libet inficere. Tandem in horas lac uarias impressiones ex omnibus animi pathematibus subit unde non solum putrescit, grumescitque, sed et non sensili qualitate induit indifformitates, quas insons infans bibit, ac piare tenetur. Non enim nutrix uno semper tenore animum frenat, mille sed adprehensionibus irae, tristitiae, agoniae, inuidiae, lasciuiae,*

sciuiae, furti, auaritiae perculsa succumbit, quarum singulae (est indubium) lac male disponunt tam quoad corpus, quam animam.

§. 183.

Dritte Pflicht.

Die Pflichten, die sie ihnen selbst, ihrem Leben, und ihrer Gesundheit, schuldig sind, haben vor den Pflichten, die sie ihren Kindern zu erweisen, einen Vorzug. Sollten sie also das Stillen nicht selbst vornehmen können, das ist, Gesundheit und Leben dabey einbüssen, so sind sie verbunden, eine Amme anzunehmen, welche gesund, stark, klug, verständig und tugendhaft seyn muß.

§. 184.

Vierte Pflicht.

In den Leidenschaften werden die Lebensgeister verändert. §. 150. Diese vermischen sich auch mit der Milch; §. 175. Daher können durch Leidenschaften der Milch schädliche Folgen verursacht werden. Eine Amme muß alles vermeiden, was das Säugen und Tränken unvollkommen macht; folglich muß eine Amme Leidenschaften vermeiden.

§. 185.

§. 185.

Fünfte Pflicht.

Eine Amme muß Leidenschaften meiden; §. 184. Folglich sich für Schrecken, Zorn, Betrübniß, Aergerniß, unzüchtigen Gedanken, und nachtheiliger Einbildung, hüten. §. 184.

§. 186.

Sechste Pflicht.

Die Milch, die das angelegte Kind begierig zieht, dient ihm zur Nahrung. §. 175. Die Säfte, und festen Theile, richten sich nach der Beschaffenheit des Nahrungsafres. Sie sind verbunden, gesunde und starke Kinder zu ziehen; §. 134. folglich sind sie verpflichtet, einen gesunden und dauerhaften Nahrungssaft dem Kinde zu verschaffen.

§. 187.

Siebende Pflicht.

Sie sind verpflichtet, einen gesunden und dauerhaften Nahrungssaft dem säugenden Kinde zu geben; §. 186. Folglich saure, gesalzene, mehlichte, klebrichte, rohe, blähende Speisen §. 21. bis 74. zu vermeiden. Das Pflanzenreich giebt uns dauerhaftere Speisen, als das thierische; folglich müssen sie dieses vor jenem zu ihrer Speisekammer erwählen. Reiß, Gries, Manna, Braun-

kohl,

kohl, Succolate, Hirsen, gesunde Biere, und so weiter, sind den Stillenden anzurathen. Daben sie, um viel mit wenigem zu sagen, die oben stehenden Regeln, gegen Essen und Trinken, §. 31 bis 74. gegen Motionen, §. 75. bis 95. gegen Gemüthsbewegungen, und Schärfung der Sinne, §. 104 bis 117. 120. gegen den Willen, §. 120. bis 123. genau zu beobachten haben.

§. 188.

Achte Pflicht.

Die Ursache, warum neugebohrne Kinder mit flüßigen Sachen unterhalten werden, ist in deren zartem und weichen Körperzustande zu suchen. §. 175. Die weichen biegsamen Theile werden nach dem stuffenmäßigen Verhalten der Natur nach und nach härter, fester, stärcker, und dauerhafter; Folglich kann man, mit der zunehmenden und wachsenden Natur, milchichte Breye dem Kinde allmählich beybringen, bis sie endlich festere Speisen bey ausbrechenden Zähnen vertragen können. Der beständige Gebrauch der Milch giebt schlaffe, zarte, allzubiegsame und schwache Fasern. Es ist daher rathsam, das Kind bald von der Brust abzugewöhnen. Denn die Zeit der aufhörenden Stillung nennt man das Abgewöhnen. §. 176. Die Zeit selbst betreffend, so können, nach richtiger Beschaffenheit der übri-

übrigen Umstände, drittehalb Jahr hinlänglich gnug seyn.

§. 189.

Neunte Pflicht.

Währender Stillung des Kindes §. 176. thut eine Frau wohl, wenn sie alleine schläft. §. 184.

§. 190.

Anmerkung.

Wie nach dem Abgewöhnen §. 188. die Kinder weiter zu erziehen, werde ich hier nicht zeigen können. Um sie aber doch nicht trostlos zu lassen, so melde ihnen, daß der Herr Professor Krüger von der Erziehung der Kinder ganz artige Regeln giebt. Auch ist zu Berlin 1753. in 8. Versuch einer Theorie von dem Menschen, und dessen Erziehung, herausgekommen.

VIII. Von den Pflichten der Wittwen.

§. 191.

Wittwen haben ihren Mann durch den Tod verlohren. §. 124 Sind sie jung, so wollen sie sich entweder wieder verheyrathen, oder nicht. Im erstern Falle müssen sie alle die Regeln in acht nehmen, die denen zum Ehestande geneigten

Jung-

Jungfern sind eingeschärft worden. §. 124. bis 133. Wollen sie nicht die zweyte Ehe eingehen, so präsentire ich ihnen die Vorschriften, die die Nonnen bekommen haben. §. 132. 133. Sind sie alt, und will die Natur, die steiff werdende Natur, nicht mehr den gewöhnlichen Abtrag leisten: so müssen Motionen, Aderlassen, Fußbäder, Veränderungen des Gemüths, wenig Essen und Trinken, der Plan ihrer Lebensordnung seyn. Ich schliesse hiermit diese Abhandlung der Gesundheits-Pflichten, wenn ich vorher den jungen Wittwen werde angerathen haben, daß sie je eher je lieber sich wieder verheyrathen. Die Gewohnheit ist die andere Natur. Das Reizende des Ehestandes ist bereits bey ihnen mächtig worden. Die Gewohnheit und Uebung kommen nach und nach zu einer Fertigkeit, welche sich auf einmahl nicht wieder verliehrt. Die Natur geht stuffenweise. Es ist daher ein harter Kampf, wenn sie auf einmahl durch den der Natur zuwider seyenden Sprung die Empfindung entbehren sollen, die sie zum Ehestande getrieben.

§. 115.

* * * * * * * * * * * * * * * * *

Von den

Pflichten eines Frauenzimmers gegen die Schönheit.

§. 192.

Seelenerfahrung.

Wir nehmen unter uns wahr, es halte der eine etwas für schön, und vergnüge sich daran, was dem andern sehr oft misfällt. Der Begriff und Geschmack der Menschen von der Schönheit ist also unterschieden. Wir werden das schön nennen können, was uns gefällt, und uns ein sinnliches Vergnügen gewährt. Da die Beurtheilung des Schönen von der Empfindung und Vorstellung der Menschen abhangt, so scheint es, als hätte sich ein jeder ein Bild von dem, was schön und heßlich, in seine Seele geprägt, darnach sich sein Geschmack, in Benennung des Schönen, richtet. Das uns eingeprägte Bild der Schönheit, darnach wir, nach bemerkter Uebereinstimmung, die Stuffen der Schönheit entzückend bestimmen, wohnet in unserer Seele, ohne daß wir es wissen; es kann in uns währender Empfängniß der

Mutter,

Mutter, §. 140. währender Schwangerschaft, §. 150. 151. und währender Stillung, §. 170. bis 190. unvermerkt gebracht werden. Und eben daher kommt es, daß wir nicht angeben können, warum uns dieses und jenes gefalle, bald misfalle. Diese der Phantasie der Menschen unterworfene Schönheit lasse ich hier billig fahren. Zur Formirung einer Schlußkette suche ich eine Erklärung des Schönen, so nicht von dem verschiedenen Wahn der sinnlichen Leute dependirt, sondern von der Beständigkeit der Natur eine Schilderung erhält, die immer beständig bey der Unbeständigkeit der Menschen, allezeit bey der Veränderlichkeit der Welt unveränderlich bleibt. Ich würde viele Blätter anfüllen müssen, wenn ich hier die Krankheiten nahmhaft machen wollte, die junge und gesunde Wittwen sehr ofte anfeinden. Es entstehen wunderbare Zufälle, wenn die Natur von dem Ueberflüßigen sie nicht befreyet, und ihr gewöhnliches Futter nicht mehr schmecken will. Kampf, Schwachheit, Ohnmacht, wunderlicher Sinn, Beängstigung, und Traurigkeit, sind Unvollkommenheiten, die sie durch die zweyte Heyrath glücklich vermeiden können. Vid. ZACUT. Lib. II. Praxis admirandae Hist. 119. Ex *intermissa Veneris assuetudine Epilepsia et mors subsecuta.* Mehrere klägliche Beyspiele hievon lieset man in Schurichs *Sparmatologia,*

gia, und *Elysio iucundarum Quaestionum campo*, *Quaestio 46.* Hier führe auch an, was THOMAS CAMPANELLA erinnert, und so billig oben hätte berühret werden sollen; Es sagt genannter Autor in *Operibus p. 55.* also: Coitus uirili aetati conuenit, *coniugatis ter in hebdomada. Hieme* utilis est coitus, quoniam humores abundant, *uere* necessarius, quoniam et arbores et bruta idcirco ad seminationem instigantur, *aestate* nocet, *autumno* noxius, prima ualet, secunda prodest, tertia nocet, quarta est lethalis. In decrepitis uetatur coitus, in non decrepitis aliquando, aut tertio mense laudatur exoneratio.

§. 193.

Erklärung.

Schön heißt bey mir, wenn die Theile des Ganzen in einer ihrem Wesen und Natur nach übereinstimmigen Gleichförmigkeit, Ordnung, und Proportion, sich unsern Augen darstellen. Dieses gesetzte Maaß, diese Harmonie, diese Uebereinstimmung der Theile, und diese Hinlänglichkeit der Natur, überzeugen uns von dem Uebereinstimmigen des Mannigfaltigen, und geben uns die Vollkommenheit zu schmecken. Schönheit ist daher mit Recht eine Vollkommenheit zu nennen.

§. 194.

§. 194.

Zusatz.

Da das ächte Bild der Schönheit Abwechselung, Ordnung, und Proportion, der das Ganze ausmachenden Theile erfordert, §. 193. so wird der menschliche Körper schön seyn, wenn dessen Theile in einem Zusammenhange, Ordnung, Harmonie und Vollständigkeit das reizende Uebereinstimmige blicken lassen. Da ferner Schönheit eine Vollkommenheit, §. 193. so wird auch die Schönheit des Körpers ihm eine vorzügliche Vollkommenheit zuziehen können; §. 149. Mithin wird, nach dem Grade der Harmonie, und Ordnung der den menschlichen Körper bildenden Theile, auch die Grösse dessen Schönheit und Vollkommenheit zu schätzen seyn. Hierüber erkläret sich Herr Crousatz weitläuftiger in seinem *Traité du Beau*, wobey auch nachzuschlagen *Journal des Savans 1700. p. 729.*

§. 195.

Anmerkung.

Werfen wir einen achtsamen Blick auf den prächtigen Bau des menschlichen Körpers, §. 1. 2. so wird sich die Vortreflichkeit desselben in der Lage und Symmetrie der Theile bald zu erkennen geben. Der vordere Theil des Kopfs, dessen Anblick uns in Verwunde-

rung setzen kann, hat die Empfindungswerkzeuge, und schildert gleichsam eine solche lebhafte Bildung, daß die besondern Züge und Lineamenten das Innere der Gedanken zu verrathen scheinen. Ja, das Auge öffnet uns die Thüre, wo wir, das Dichten und Trachten des menschlichen Herzens zu erblicken, Gelegenheit haben. Und daher ist der vordere Theil des Kopfs schöner, wie dessen hinter Theil. Die Haut, der äussere Ueberzug des Körpers, befördert ebenfalls des Körpers äussere Schönheit. Kann man wohl einen Wohlgefallen an dem Anblicke eines abgezogenen Thieres haben? Wie siehet ein Hase aus, wenn ihm das Fell über die Ohren gezogen. Eine weiche, glatte, durchschimmernde und lebhafte Haut verursachet eine Annehmlichkeit in unsern Sinnen; und das sie erhebende und ausfüllende Fett giebt ihr ein reizendes Ansehen. Die auf beyden Seiten angebrachten Arme, die den Rumpf tragenden Füsse, die erhabene Stirn, die auf beyden Seiten des Gesichts funkelnden und redenden Augen, die die Augen und Wangen zierlich schmückende Nase, die in der Mitte gesetzte Oeffnung des Mundes, die den Kopf tragenden und lenckenden Wirbelbeine des Halses, die ausgefüllte Brust, die zugespitzte Taille, und die auf allen Seiten mit Anmuth und Vergnügen beweglichen Gliedmassen, geben uns das Schöne, das Ordentliche und das

Uebereinstimmende der äusserlichen menschlichen Gestalt sattsam zu erkennen. §. 3. Vid. GALENUS de usu partium Lib. ult. Cap. I. Eine übereinstimmende Harmonie der Töne belebet das Empfindliche der Seele. Ein egal in die Höhe geschossener Baum, der mit seinen gleich ausgebreiteten Aesten häufigen Schatten wirft, zeigt sich ehrwürdig, und wurde von den Alten, so gar blos aus Verwunderung, und aus einer innern unmerklichen Empfindung der Schönheit, unter die Zahl der Götter gesetzt. Ein mit seinem Geweyh sich brüstender Hirsch gefällt uns auch auf dem Papiere. Welches Vergnügen empfinden wir, wenn wir vom weiten die mit gezierten Flaggen prächtigen Schiffe mit vollem Winde in den stillen Hafen einlaufen sehen? Warum sollten wir nicht vielmehr in Entzücken gerathen, wenn uns ein Frauenzimmer mit holden Minen, mit zurückgebogenen Schultern, mit einer wohlproportionirten Taille, und mit auswerts gesetzten Füssen, begegnet.

§. 196.

Erste Pflicht.

Ein Frauenzimmer ist verbunden, die natürliche äusserliche Schönheit des Körpers zu erhalten, und, wo möglich, zu verbessern.

Erweis.

Denn ein Frauenzimmer ist verpflichtet, sich nach ihrem Wesen vollkommen zu machen. §. 28. 29. Zu ihrem Wesen, wissen sie, gehört der Körper, §. 3. 4. folglich müssen sie die Vollkommenheit ihres Körpers suchen. §. 1. 2. Die Schönheit des Körpers macht ein Stück der Vollkommenheit desselben aus, §. 194. folglich erkennen sie die sich selbst vertheidigende Verbindlichkeit, die natürliche, äusserliche, sinnliche Schönheit zu erhalten, und, wo möglich, zu verbessern.

§. 197.

Zweyte Pflicht.

Die Schönheit des Ganzen erwächset aus den Theilen §.193. der Schönheit. Sind sie nun also verbunden, die Schönheit des Körpers ungekränkt zu erhalten, §.196. so sind sie verpflichtet, alle Theile in ihrer Schönheit zu erhalten. Die äussern Theile des Körpers sind Kopf, Hals, Brust, Unterleib, Hände, und Füsse; §.196. Folglich werden die, der äusserlichen Schönheit des Körpers, schuldigen Pflichten betreffen

1. den Kopf,
2. den Hals,
3. die Brust,
4. den Unterleib,
5. die Hände und Füsse.

Bey Vorstellung dieser Pflichten werde hauptsächlich auf die Gesundheit zugleich mein Absehen richten, und bey entstehendem Kampfe der Schönheits-Pflichten mit den Gesundheits-Pflichten ihnen ihr Vorhaben ernstlich zu Gemüthe führen. Lassen sie sich also belehren, und vernehmen die Stimme der zur Suchung wahrer Vollkommenheiten ermahnenden Natur.

I. Von den Pflichten eines Frauenzimmers gegen die Schönheit des Kopfs.

§. 198.

Erste Pflicht.

Bey dem Kopfe zeiget sich der Hinter- und Vorkopf. §. 195. Auf dem Hinterkopfe sind die Haare: Diese müssen sie fleißig kämmen; Denn sie dunsten beständig aus. Diese klebrichten Dampftheile fangen sich zwischen den Haaren, besetzen die Schweislöcher, verursachen Kopfweh und Drücken. Um diese Plagen zu verhüten, müssen sie der Schweißmaterie einen Ausgang verschaffen, und die Schweißlöcher eröffnen. Beydes geschiehet durch fleißiges Kämmen; Folglich sind sie zum Kämmen verbunden. Sie

sind zum Kämmen verbunden. Ein bleyerner Kamm soll schwarze Haare machen; wiewohl unreife Wallnüsse sich hierzu besser gebrauchen lassen. Die Haare wachsen beständig, und verhindern ihre Coeffure, und die nöthige Ausdünstung; Folglich lassen sie sich die Haare im Sommer hübsch abschneiden. Die Empfindlichkeit ist gar zu vielen Anfällen ausgesetzt; ein starker Körper ein vollkommener Körper. Sie thun also wohl, wenn sie sich von Jugend auf hart gewöhnen, und folglich dickgefütterte Mützen, pelzerne und wollene Sturmhauben, vermeiden. Blosse, leichtbedeckte Haare geben eine Zierde, und erhöhen den Werth der jungferlichen Unschuld; Das Kämmen aber wird ihnen um soviel nöthiger seyn, je mehr Centner von dem weissen Staube ihre Haare täglich bestäuben. Wie überhaupt das Natürliche dem Künstlichen vorzuziehen, so verdienen auch die natürlichen Haare vor denen falschen einen Vorzug. Sie werden also verbunden seyn, ihre Haare beyzubehalten, und sie nicht mit Peruquen, Grollen, Fronten, und angesetzten falschen Haaren, zu vertauschen. Um sie in Locken und zierliche Krause zu bringen, so können die hintern Haare öfters mit Bier und Brandtewein gewaschen, und in eine krumme Linie gebogen werden. Die Haare sind

elastisch,

elastisch, und nehmen mit der Zeit die Richtung an, die die Kunst ihnen zu wiederholtenmahlen giebt. Von dem Haarstaate giebt Ovid, der ihnen so günstige Poet, folgende Regeln:

Munditiis capimur, nec sint sine lege capilli:
admotae formam dant, negantque manus.
Nec genus ornatus unum est, quod quamque decebit,
eligat, et speculum consulat ante suum.
Longa probat facies capitis discrimina puri
sic erat ornatis Laodamia comis.
Exiguum summa nodum sibi fronte relinqui,
ut pateant aures, ora rotunda uolunt.
Alterius crines humero iactentur utroque.
Talis es assumta, Phoebe canore, lyra.
Altera succinctae religetur more Dianae,
ut solet, attonitas cum petit illa feras.
Hanc decet inflatos laxe iecisse capillos.
Illa sit adstrictis impedienda comis.
Hanc decet ornari testudine Cyllenea.
Sustineat similes fluctibus illa sinus.
Sed neque ramosa numerabis in ilice frondes.
Nec quot apes Hyblae, nec quot in alpe ferae.
Nec mihi tot cultus numero comprendere fas est,
adiicit ornatus proxima quaeque dies.
At neglecta decet multas coma saepe iacere;
hesternam credas, illa repexa modo est.

§. 199.

§. 199.

Erklärung.

Die Stirn, der oberste Theil des vördern Gesichts, §. 195. von den beyden Schläfen, so in einer gleichen Weite voneinander stehen, erhält ihre Schönheit, theils, wenn sie von der Nase und Augenbraunen in gehöriger Entfernung sich zeiget, theils zwischen den Schläfen die nach der Länge des Gesichts zu bestimmende Breite hat, theils von dem Einfall der Runzeln, von Flecken, Ausfahren, und andern Unreinigkeiten, befreyet wird.

§. 200.

Zweyte Pflicht.

Die Schönheit ist die Uebereinstimmung der Dinge, die sich durch die Sinne wahrnehmen lassen. §. 196. Sie sind verbunden, die Schönheit des Körpers und dessen Theile zu suchen; §. 196. Folglich wird ihnen auch obliegen, eine Schönheit der Stirn zu geben. Die Schönheit der Stirn bestehet in der egalen Entfernung von den Schläfen und Augenbraunen, in dessen Glätte, Ebene, und Reinigkeit; §. 199. Folglich müssen sie die Proportion der Stirn gegen die übrigen Theile des Gesichts zu erhalten, zu verbessern, und die Haut glänzend, egal, rein und lebhaft

lebhaft zu machen suchen. Die Rundung der Stirn giebt ihr allerdings die größte Zierde. Indessen, weiln diese Figur von der Diät sich nicht ändern läßt, so haben wir ihrer auch nicht gedenken wollen. §. 199.

§. 201.

Dritte Pflicht.

Benehmen also die die Schläfe und den Vorkopf bedeckende Haare der Stirn ihre natürliche Proportion, §. 200. so müssen sie solche so weit abscheren lassen, und das Einwachsen der Haare im Gesichte beyzeiten verhindern. Fehlen hingegen die Seiten- und Front-Haare, so können sie Touren, Fronten und Tapet sich ansetzen lassen.

§. 202.

Vierte Pflicht.

Zeigen sich die Unreinigkeiten auf der Stirnhaut, §. 200 vor dem Ausbruche der monatlichen Reinigung, §. 136. so müssen sie die Mittel gebrauchen, die oben die Jungfern zu ihrem Unterrichte erhalten haben. §. 140. Den Monatsfluß befördernde Mittel, Laxiren, Aderlassen, Schröpffen, Bewegung, Bäder, und Kräuterthee, sind hier anzurathen. Wie kann ihnen ein Apfel gefallen, dessen Oberfläche viele Auswächse besetzen? Eine Kir-

sche, die Flecken verunzieren, bleibt auf dem Aßint liegen? Ein Rohr wird hoch geschätzt, wenn es keine Ungleichheiten holpericht machen? Warum? Das sichtbare Uebereinstimmige, das Schöne, fehlt. Hat das Ausfahren auf der Stirnhaut nicht nur Vollblütigkeit, sondern auch Schärfe und Dickblütigkeit, zum Grunde, so müssen darnach die besondern Heilsregeln eingerichtet werden.

§. 203.

Fünfte Pflicht.

Die Haut wird weich erhalten, §. 200. wenn die subtilen, wässerigen, duftigen, und aus den Schweißlöchern der Haut in die umgebende Luft übergehenden Theile aufgefangen, und fortzugehen verhindert werden. Dieses geschicht, wenn sie des Nachts über die Stirn verbinden. Denn die streifende Luft nimmt die hauchbaren Theile mit sich, trucknet die Haut aus, machet sie spröde, und verursacht Risse. Wir sehen, wie die unter dem freyen Himmel liegenden Felle von der Luft hart, steif und unbeweglich werden, ja, wie sie endlich zerplatzen, und auseinander fahren. Verhindern sie also durch eine aus Leinewand, oder Sammt, verfertigte Binde die austrucknende Würkung der Luft, so bleibt die Haut sanft, zart, und weich.

§. 204.

Sechste Pflicht.

Eine Pirgamontenbirne zeigt sich so lange in einer egalen ausgedehnten Oberfläche, so lange der süsse gährende Saft die Fasern der Schale schäumend ausfüllt. Verzehrt sich der Saft, und raubt ihm die Luft das Wässerige, so gewinnt die Schale Ungleichheiten, sie fällt zusammen, wird runzelicht, und verliehrt ihr voriges Gesicht. Will gleichergestalt der subtile Nahrungssaft nicht mehr in die äussersten Gefässe der Haut muthig drüngen, werden unsere Säfte zähe, unflüßig, dick, und ziehen sich nicht begeistert in die Endigungen der Haarröhre, was geschicht? so verschliessen sich die Gefässe, weil sie von keinem Safte kräftig durchzogen werden, sie fallen zusammen, und machen die spröde Haut faltzicht. Und so entstehen Runzeln. Diese verhindern die äussere Schönheit der Stirn. §. 199. 200. Sie müssen also, soviel möglich, deren Einfall aufzuhalten suchen. Und wie? Dadurch, daß sie die Säfte dünn, flüßig, zart, und laufend erhalten. Wie geschicht das? Durch beständige gelinde Bewegung, §. 80. durch gemäßigten Gebrauch des Weines, §. 50. durch Brunnencuren, §. 58. durch gesunde Biere, §. 59. durch Laxiren, §. 90. Aderlassen, Reiben, §. 91. 94. und so weiter.

§. 205.

Sechste Pflicht.

Die Glätte der Stirn macht ein Stück der Schönheit derselben aus; §. 199. Dieses wird erhalten, wenn sie das reinste und weisseste Jungferwachs auf Postpapier über wohlausgebrannten Kohlen zergehen lassen, und das flüßig gewordene Wachs hin und her streichen. Das Wachs zieht sich in die Zwischenräume des Papieres. Von diesem Wachspapiere machen sie eine Stirnbinde, und legen solche des Nachts über auf die zu glättende Stirn.

§. 206.

Siebende Pflicht.

Um die Augenbraunen, die das zarte Auge von dem Einfalle des scharfen Schweisses sicher stellen, in ihrer Schönheit zu unterstützen, so können sie alle Morgen mit Jungferwachs gelinde zusammen gestrichen werden. Sie werden dadurch zusammengebracht, dichter, und ihr wildes Zerstreuen wird verhindert.

§. 207.

Achte Pflicht.

Um die Regeln des Gleichgewichts, der Schönheit, und Proportion, zu beobachten, läßt uns der grosse Baumeister mit zwo Augen sehen, die in gleicher Weite voneinander

stehen,

stehen, §. 195. wie die Augenbraunen. §. 206. Staub, Hitze, Kälte, und der emsige Anblick naher Sachen, schwächen und verdunkeln das Auge. Hüten sie also ihre Augen vor Staub, vor starker Hitze, vor Kälte, und gewöhnen sie sich, in die Ferne zu sehen. Das Schielen ist eine üble Gewohnheit, da man die Muscеln des Auges durch wiederholte Handlung nach dem äussern Augenwinkel schief drehet, und von der Seite die äussern Bilder erkennet. Die Mütter können es verhüten, wenn sie den zarten Kindern gerade vor den Augen, in einer Entfernung von drey bis vier Füssen, die zu erkennenden Bilder legen. Liegen die Kinder auf dem Rücken, und erscheinen ihnen die Bilder von der Seite, so werden die Augenmuscеln nach der Seite gezogen. Geschiehet dieses zu wiederholtenmahlen, so erhalten die Muscеln nach dieser verkehrten Richtung eine Fertigkeit; ja, es wird den Kindern schwer, etwas deutlich gerade vor sich zu erkennen. Sie drehen das Auge nach der Seite, das ist, sie schielen. Um also die bewegenden Augenmuscеln in ihre natürliche Lage wieder zu bringen, und sie nach der Richtung zu lenken, worein der Endzweck der Natur das Schöne setzt, §. 193. so soll man sich in acht nehmen, nicht die Bilder von der Seite anzusehen, und, woferne die Gewohnheit eingerissen, eine darzu verfertigte

Machine sich anlegen lassen. Sehen sie lange, und sehr ofte, die Bilder in der Nähe, so entfernen sie den Abstand der Sehlinse von den netzförmigen schleimichten Sehnerven. Eine Fertigkeit entsteht durch öftere Wiederholung eben dieser Handlungen. Sie können sich also durch vieles Nähen, Bücken und Sticken ein kurzes Gesicht zuziehen. Um diese Unvollkommenheit des Gesichts zu vermeiden, müssen sie sich alle Tage üben, in die Ferne zu sehen. Die Brillen können die Augen schärfen. Ohne Noth müssen sie sich nicht daran gewöhnen. Erfordern es die Umstände, so müssen sie nach eines jeden Auge erwählet werden.

§. 208.

Siebende Pflicht.

Die Nase kann alle Morgen mit der Hand zugespitzt werden. Die schwarzen Flecken, so sich sehr ofte auf der schmierigen Oberfläche der Nase sehen lassen, sind aus der Luft gefallener Staub; so mit einem rothen Scharlackläppgen abzuwischen. Sie müssen sich nicht an den Schnupftoback gewöhnen. Er verzieht die Nase, giebt einen üblen Geruch, und macht keine angenehme Aussicht.

§. 209.

Achte Pflicht.

Die zarten Lippen fahren sehr ofte aus, wenn sie sich ärgern; Die Rose entsteht nicht selten, wenn ein Zorn sie überläuft. Die Schönheit sagt daher: Aergern sie sich nicht, und zürnen sie auch nicht. Was verunziert mehr, als zügellose Leidenschaften. Gram und Traurigkeit macht vor der Zeit alt. Die Lippen werden sehr ofte spröde, trucknen aus, gewinnen Ritzen, und bluten. Süß Mandelöhl mit Roseneßig, Pommade aus reinem Schweinefette, und Rosenwasser, machen das zarte, leicht spröd werdende Oberlippenhäutlein geschmeidig, und verhindern die Berührung der Luft. Des Nachts über können sie auch Mund und Nase gemächlich verbinden. Der wässerige, warme, erweichende Dampf, der beständig aus Mund und Nase fährt, hat die Kraft, die äussern Gesichtstheile geschmeidig, glänzend, und feuchte zu erhalten. Sind Mund und Kinn bis an die Nase mit einem über die untern Kinnbacken geführten Tuche des Nachts über bedeckt, so kann die Luft diesen thierischen jungfräulichen Dampf nicht berühren, noch weniger mit sich nehmen, auch folglich nicht durch dessen Beraubung die zarte Haut spröde machen. Es ziehet daher dieser von ihnen ge-

hender flüchtige Rauch tummelnd um ihre Haut, und formirt den Dunstkreis ihres Antlitzes; dringet in die Schweißlöcher, welche er wärmend eröffnet, und erhält die nöthige Absonderung der subtilen Dunstmaterie. Und macht daher eine weiche, feine, reine und wohlaussehende Haut, eine Haut, so eine anständige Lebhaftigkeit, und fröhliche Gesundheit, lächelnd verräth. Diesen Vortheil wissen sich die Hollsteinischen Pröbstbauerinnen wohl zu Nutze zu machen. Diese erscheinen Winter und Sommer mit bedecktem Kinn, Munde, und Unterkinnbacken, auf dem Markte. Die Sprache wird nicht gehindert, wenn sie die rothen Lefzen aus dem weissen Tuche drehend hervortragen. Und eben daher beschämen diese Bauerinnen die Stadtjungfern durch ihre lebhaft schimmernde Farbe. Ja, was werden sie sagen, wenn ich ihnen erzähle, man könne sein Leben, durch das Anhauchen junger Mägdgen, auf hundert Jahre verlängern. Ich führe **Johann Heinrich Cohausens** wiederlebenden Hermippum, oder curieuse physicalischmedicinische Abhandlung von der seltenen Art, sein Leben durch das Anhauchen junger Mägdgen bis auf 115. Jahre zu verlängern, an, 8. Leipzig 1753. Der König David, nach dem ersten Buche der Könige Cap. 1. v. 1-11. kann zum Beweise dieser Wür-

Würkung dienen. Siehe IO. ERN. HEBENSTREITII Anthropologia Forensis edit. primae p. m. 619. THOMAS CAMPANELLA in Operibus p. 55. bestätiget es, wenn er sagt: In utrisque tamen puerorum et puellarum casta citra coitum incubatio, et conuersatio utilis ad senectutem retardandam horum uapore et mollitie ipsorum durities alitur, reficiturque spiritus.

§. 210.

Neunte Pflicht.

Die Oeffnung der Lippen, die Sprache, führt mich zum Anblicke der Zähne. Man nennt sie schön, wenn sie dem Schnee der Farbe nach, einer wohlgestellten Compagnie der Reihe nach, einer nach dem Format geordneten Bibliotheck der Ordnung nach, ähnlich sind. Die Festigkeit und Härte hangen von deren innern Wesen ab. Wie alle Knochen und feste Theile von dem flüßigen Nahrungssafte erzeuget werden, und davon ihr Wesen, ihre Stärke, und Festigkeit, erhalten, so werden auch die Zähne, die beinernen Pallysaden der redenden Seele, sich nach ihren Eigenschaften, nach der Beschaffenheit des Nahrungssaftes, richten. Harte, aus dem Pflanzenreiche genommene Speisen geben eine starke, feste zusammenhaltende Fiber; weiche

weiche thierische Gerichte zeugen eine schlappere, bald auseinandergehende Fiber. Folglich werden feste Speisen harte, gute, und dauerhafte Zähne geben; hingegen zerbrechliche, sich leicht abstossende, und faul werdende Zähne werden eine Folge seyn, wenn wir von Jugend auf Milchspeisen, Fleischbrühen, und süsse Sachen, zur Nahrung haben. Saure Dinge, als vieles Obst, und mit Eßig zugerichtetes Essen, verderben und machen sie stumpf. Indem wir reden, so geschiehet nicht nur eine mechanische Bewegung und Anreiben der Zähne, sondern sie werden auch von den scharfen, salzichten und sauren Theilen angegriffen, so in ihrer innern durchdringlichen Substanz eine nachtheilige Veränderung verursachen. Ein übertriebener Mechanismus will kühnlich behaupten, es nutzen sich die Zähne in der Kauung so mancherley Speisen nicht ab. Eine Meinuug, so blos auf das Anreiben geht, nicht aber, wie billig, den Angriff so mancherley Speisen bedächtlich erwogen. Kälte und Wärme thun ebenfalls den Zähnen Schaden; beydes kann zum Beinfraß, zu Zahnschmerzen, Zahngeschwulst, und übelaussehendem Zahnfleische, Anlaß geben. Sie müssen also süsse, saure, allzuwarme, und allzukalte Speisen, wie auch keine kalte Luft, nicht an die Zähne bringen.

§. 211.

§. 211.

Zehende Pflicht.

Pulver aus geröstetere Brodrinde, aus präparirten Porcellainscherben, aus Saltz und Weinstein, ingleichen folgende Zahnpulver, können alle Morgen zur Reinigung der schwarzen Zähne gebraucht werden:

℞. Rad. irid. florent.
Ossis sep. ppt. aa. ℥iij.
Olei caryophill. gt. IV.
M. f. pulvis tenuissimus.

Als ein Electuarium läßt sich folgendes gebrauchen:

℞. Conserv. ros. rubr. aa. ℥ß.
Sangu. Drac.
Tart. rubr. aa. ʒij.
Mellis rosar. q. s.

Ist der Odem übelriechend, so müssen, nebst fleißigen Leibesübungen, und verdünnenden Mitteln, alle Tage Gurgelwasser in den Mund genommen werden. Sie können aus folgenden Wurzeln und Kräutern im guten Wasser §. 76. abgekocht und bereitet werden:

℞. Rad. alth. Bardan. irid. florent. aa. ℥j.
Herb. uvular. pyrol. (salviae, saniculae) aa. mj.
Sem. Carvi ʒiij. C. M. f. Species.

Man verfertiget auch ein heilsames Zahnpulver von japonischer Erde, Violwurzel, rothen Corallen, und zubereiteten Muscheln, oder Perlenmutter, Amber und Biesam mit Nelkenöhl. Es hat eine trucknende, zusammenziehende, heilende, und der Fäulniß widerstehende Kraft, so die bösen, scharfen, scorbutischen Feuchtigkeiten, welche sich gar leicht im Munde äussern, wegnimmt, und dämpft. Es ist dahero nützlich, den bösen Geruch und stinkenden Athem, so von faulen und stockenden Feuchtigkeiten herrühren, zu verändern, und die wackelnden Zähne zu befestigen, vom Schleim und Duckstein, so sich allmählich ansetzt, und sie verderbet, zu reinigen, und, gleich dem Elfenbein, weiß zu erhalten, dem Bluten des Zahnfleisches, und der Fäulniß und Schwindung desselben, zu widerstehen. Es wird auch, als ein Bewahrungsmittel, die Zahnweh zu verhüten, und den zehrenden Brand (cariem dentium) zu vertreiben, gerühmt. Man braucht es des Morgens, und reibt damit, vermittelst einer feinen Zahnbürste, den Schleim von den schwarzen Zähnen, und spült zuletzt den Mund mit Salvey- oder Rosen-Wasser aus. Wie nun alle Zahnpulver nicht zuhäufig müssen gebraucht werden, so gilt auch diese Regel von dem jetzt Angegebenen. Die diätetische Regel lautet also:

Dentes

Dentes polire conuenit, non deterere.

Ovid, den ihr Geschlecht ins Elend jagte, giebt ihnen doch diese nützliche Regel:

Cui grauis oris odor, nunquam ieiuna loquatur,
et ſemper ſpatio diſtet ab ore uiri.
Si niger aut ingens, aut non erit ordine natus
dens, tibi ridendo maxima damna feret.
Quis credat? diſcunt etiam ridere puellae.
Quaeritur atque illis hac quoque parte decor
Sint medici rictus: ſint paruae utrinque lacunae
et ſummos dentes ima labella tegant.
Nec ſua perpetuo contendant ilia riſu,
ſed lene, neſcio quid, ſemineumque ſonent.

§. 212.
Eilfte Pflicht.

Die Gesichtshaut giebt den in sie eingewickelten Knochen eine Schönheit. §. 195. Die blühende Lebhaftigkeit, die egale Glätte, die die Stetigkeit nicht unterbrechende Narben, und die Weiche, werden der Haut eine Annehmlichkeit, und ein Reizendes, ich weiß nicht, was, verschaffen. Mithin sind sie verbunden, §. 196.

Narben, Sommerflecken, Leberzeichen, Finnen, und Warzen, zu vermeiden; hingegen den Wangen eine ungeschminkte Anständigkeit, eine belebte Farbe, und einen roth durchschimmernden Glanz, zu geben.

§. 213.

Aufgabe.

Die Entstehung der Narben zu verhindern.

Auflösung.

1. Man verhindere die an Blattern krank liegenden Kinder, daß sie ihre Hände nicht zum Gesichte führen können;
2. Bestreiche die, nach Abfall der abgeschälten und trucken abschäumenden Haut, entstehenden leeren Plätze mit reinem und klaren Nußbaumöhle, so alle Tage etlichemahl mit einem Pinsel, entweder allein, oder mit Weinsteinöhl, Wallrath, und Menschenfett, vermischt, auf die rothen Flecken des Gesichts, und der Hände, zu tragen;
3. Verhüte die plötzliche Kälte;
4. Warte die unmerkliche Ausdünstung im Warmen mit einem Kräuterthee fein geruhig ab.

Erweis.

Erweis.

No. 1. bis 4. angebrachte Mittel zielen dahin zusammen einmüthig ab, daß ein gelinder Zufluß die rothen tiefen Höhlungen der Bocken und Masern ausfüllt, und also die Stetigkeit der Haut wieder herstellet, und dadurch die Entstehung der Narben verhindert. W. Z. E.

§. 214.

Aufgabe.

Die Sommersprossen zu vertreiben.

Auflösung.

Nimm gestossenen Ingber, schütte schwarz Kirch- oder Rosen-Wasser darüber, und wasche dich damit alle Abende.

Erweis.

Die Sommerflecken sind von der Sommerhitze ausgedehnte schleimichte Drüsen, da der von der Hitze verdickte Saft einen braunen Flecken verursacht. Ingberwasser dringt durch Einreiben in die verhärteten Schweißlöcher, treibt das stockende Unreine heraus, und befördert eine freye Ausdünstung. Ist ihre Haut etwas grob, sind die Flecken alt und tiefliegend, so kann der in Wasser gelassene Merrettigsaft hierzu dienen. Dabey

müssen

müssen sie die Sonne vermeiden, und durch anhaltende Bewegungen, unter Gebrauch verdünnender Mittel, die Ausdünstung der Haut zu befördern suchen.

§. 215.

Aufgabe.

Warzen, von allerley Sorten, zu vertreiben.

Auflösung.

Unterbinde die zu vertreibenden Warzen mit einem seidenen Faden, und umschlinge ihn um die durchstochene Nadel, so fällt die Warze endlich ab. Man kan auch die Warzen mit frischem Bohnensafte, Speck, und so weiter, so lange reiben, bis sie anfangen zu bluten, und die Wurzel sich herausschält. Die spitzen sind leichter zu vertreiben; die breiten haben ihre Wurzel tiefer. Haben sie Lust, sympathetische Versuche anzustellen, so finden sie hier Gelegenheit.

§. 216.

Aufgabe.

Die Haut weich, zart und weiß zu machen.

Auflösung.

1. Hüte dich vor rauher, kalter und windigter Luft,

2. vermeide die Abendluft, April- und Herbst-Witterung,

3. verbinde das Gesicht des Nachts mit einem Tuche, §. 209.

4. wasche dich des Abends mit Schnee- oder Liliencovallien-Wasser, oder auch Benzoetinctur,

5. reibe des Morgens beym Aufstehen die Haut mit einem rothen Scharlacklåppgen, ohne sie mit allzukaltem Wasser zu waschen, und man streiche das Låppgen von unten hinaufwårts,

6. man håte sich vor der kåhlen Morgenluft, und befördere des Morgens durch Ehrenpreisthee die Ausdånstung,

7. man lasse beym Aufstehen den Dampf der warmen Milch, worinne Flores verbasci und Chamillen abgekocht, unter einem åber den Kopf gehenkten Tuche an sich gehen,

8. man mache sich fleißig Motionen, tanze, laxire, und lasse die Ader,

9. man vermeide ungewöhnliche Speisen, fette, rährige und harte Dinge,

10. desgleichen auch Zorn, Aergerniß, und Erkåltung, §. 209.

11. man liebe ein Glas Wein, doch vermeide man dabey allen Ueberfluß.

Alle

Alle Schminke verdamme ich; Talch, rothe Kugeln, und so weiter, verderben das Gesicht, machen es kalkhaft, und ziehen die Schweißlöcher widernatürlich zusammen, machen vor der Zeit Runzeln, Geschwüre, und Beulen. Ich arbeite mit der Natur; was diese versagt, kann die gezwungene Kunst nicht ersetzen. Die äusserliche Schönheit erfordert eine Uebereinstimmung der Dinge, die ich durch die Sinne wahrnehme. §. 193. 199. Das Uebereinstimmige ist die Natur selbst, ihre Einrichtung, und Absicht. Schminke macht also heßlich. §. 193. Sie sind verbunden, zu vermeiden, was ihnen die Schönheit benehmen kann. §. 196. Folglich wird ihnen auch zukommen, Schminke zu lassen, und keine verdächtige Sachen auf ihrem Nachttische sehen zu lassen. Diese falsche Schönheitsmittel sind in den allerältesten Zeiten bereits dem Frauenzimmer bekannt gewesen. Es läßt sich aus dem verliebten Poeten, dem Ovid, erweisen, wenn er im dritte Buche singt:

Quid si praecipiam, ne fuscet inertia dentis
 oraque suscepta mane lauentur aqua?
Scitis et inducta candorem cera
 Sanguine, quae uero non rubet, arte rubet.
Arte supercilii confinia nuda repletis
 Paruaque sinceras uelat aluta genas.

Nec

Nec pudor est, oculos tenui signare fauilla.
Vel prope te nato, lucide Cygne croco.
Est mihi, quo dixi uestrae medicamina formae
paruus, sed cura grande libellus opus.
Hinc quoque praesidium, læsæ, petitote puellae.
Non est pro uestris ars mea rebus iners.
Non tamen expositas mensa deprendat amator
Pyxidas: ars faciem dissimulata iuuet.
Quem non offendat toto fex illita uultu
Quum pluit in tepidos pondere lapsa sinus.

Und in diesem Buche lesen wir diese Schönheitsregel:

Pallida purpureis tangat sua corpora uirgis:
Nigrior ad Pharii confuge piscis opem.

§. 217.

Zwölfte Pflicht.

Wie flüßigen Ohren zu begegnen, ist bey den Pflichten der Jungfern gesagt worden. §. 136. bis 144. Und diese Zuflüsse erhalten eine Linderung, wenn sie sich in den Ohrenläppgen eine Oeffnung mit einem spitzigen Instrumente machen lassen, und Ohrenringe tragen, welche Gewohnheit, Zierde und Putz eingeführt. Und hiervon erinnert Ovid:

Vos quoque non caris aures onerate lapillis
Quos legit in uiridi decolor Indus aqua.

II. Von den Pflichten eines Frauenzimmers gegen die Schönheit des Halses.

§. 218.

Wie die spanischen Räthe, und wie Mannspersonen ihren Hals nicht blos lassen, so können auch die Weibespersonen ihren Hals mit Esilagen, schwarzen Bändern, und sammtnen schmalen Binden, theils zur Wärme, theils zur Zierde, behängen. Der Winter erfordert eine wärmere Bedeckung.

III. Von den Pflichten gegen die Brust.

§. 219.

Da es rathsamer ist, sich hart zu gewöhnen, §. 198. so kann die Brust in der Jugend blos getragen werden, so weit es die Regeln der Erbarkeit, und des zu beobachtenden Wohlstandes, erlauben. Empfindlichkeit der Brust, Husten, die zum Ausbruche sich mit Vorboten meldenden Menses, §. 140. kalte und windigte Luft, gebieten, die Brust zu bedecken. Ovidius giebt folgenden Unterricht:

Conueniunt tenues scapulis analectides aetis;
Angustum circa fascia pectus eat.

IV. Von den Pflichten gegen den Unterleib.

§. 220.

Erste Pflicht.

Um dem Körper die Gestalt eines umgekehrten Kegels zu geben, davon der oberste Theil breit, und rund, so, daß er immer spitziger zuläuft, pflegen die Schnürbrüste, eisernen Stangen, und enge zusammengepreßten Kleider, in Gebrauch gezogen zu werden. Hierdurch wird der Umlauf des Geblüts in den Eingeweiden des Unterleibes gehemmt, die Gedärme werden zusammengedrückt, und die Leber wird widernatürlich gepreßt. Das Geblüt, so hier frey zu circuliren verhindert wird, steigt nach den obern Theilen, verursacht Beklemmung, Angst, schweren Odem, Kopfweh, vermehrt die Augenzufälle, und kann den Grund zu Halsgeschwülsten und Kröpfen legen. Dieser in dem Panzer gepreßte Unterleib hat die Bleichsucht, Verstopfung und unrichtigen Abtrag des Ordinairen, Mutter- und Milz-Beschwerung, und Aufsteigen der Mutter, zu betrübten Folgen. Diese geharnischte Tracht ist um soviel nachtheiliger, wenn sie ganze Stunden den Rahm, Kniebellade, oder anderes Näh- und Stickwerk, bückend berühren, wenig trinken, und keine Aufmunterung

haben. Haben sie noch eine Empfindung zu den natürlichen Pflichten, die ihnen geprediget werden, §. 29. so kann die unschätzbare Gesundheit §. 5. bis 10. sie noch in eine heilige Rührung setzen. Erkennen sie die Nothwendigkeit, von der Erhaltung der Republique Bewegungsgründe ihres Verhaltens herzunehmen, sind sie überzeugt von der Schuldigkeit, ihr Leben nicht muthwillig zu verkürzen, so sagt ihnen die um ihr Wohl sich emsig bekümmernde Hygia: Leget den steifen eng-zusammenpressenden Panzer ab, verbannt Eisen und Fischbein; ein commodes enges Leibgen weiß euch gesund zu erhalten. So lange ich bey euch wohnen soll, müsset ihr mir eine sanfte, geräumige Herberge verstatten. Schnürbrüste, enge Waffen des Leibes, vertreiben mich. Wie kann ich euch hold bleiben, wenn ihr wider mich die Waffen ergreiffet? Wollet ihr den Amazonen folgen, und mit geflügeltem Kopfe, gepanzerter Brust, und mit Eisen besetztem Unterleibe, einen Anfall wagen? Leichte Soldaten! Welche Vestung ist leichter zu erobern, als wo Schnürbrüste die Bollwerke abgeben? Gesetzt, es sey eine Schönheit, in einer Schnürbrust einen gekegelten Körper, einen proportionirten Leib, und eine reizende Taille, zu zeigen: so werden sie mir

doch

doch zweifelsohne zugestehen, daß die Gesundheits-Pflichten bey entstehender Collision mit den Schönheits-Pflichten einen Vorzug haben. Nun habe ich sie zu überzeugen gesucht, wie viele Unvollkommenheiten, krampfhafte Mutterzufälle, und wieviel Nachtheil der künftigen Frucht aus ihrer angenommenen Tracht erwachsen könne. Um also zu schliessen, so sehen sie sich verpflichtet, die engen Schnürbrüste, Planchet, und übrigen steifen und lästigen Anzüge, sorgfältig zu vermeiden.

§. 221.

Zweyte Pflicht.

Die Kälte, einen Feind der äussern Theile, gehörig abzuhalten, so ist es rathsam, wenigstens im Winter, Hosen zu tragen. Sie können leichte, commode, und nach der Schiffer Hosen Modell, gemacht werden.

V. Von den Pflichten gegen Hände und Füsse.

§. 222.

Erste Pflicht.

Die Hände weich, weiß und zart zu erhalten, so müssen sie Handschuhe tragen, solche beym Schlafengehn mit einer wohlriechen-

den Pommade beschmieren, des Morgens zum öftern ein Handbad gebrauchen, erweichende Seifen bey der Hand haben. §. 209. Und hierdurch werden sie auch die Ritzen, Riednägel, und so weiter, vermeiden können. Die Bewegungen der Hände müssen die Sprache des Herzens lebhaft machen, und wohlangebrachte Minen geben der Rede einen reizenden Nachdruck. Ovid redet davon also:

Exiguo signet gestu, quodcunque loquatur,
Cui digiti pingues, et scaber unguis erit.

§. 223.
Zweyte Pflicht.

Unter den Achseln pflegen einige stark zu schwitzen; Fleißige Bewegungen, Laxiren, Aderlassen, und die angepriesenen Mittel, der Vollblütigkeit zu entgehen, dämpfen auch diese ausserordentliche Absonderung. Schwitzige Hände müssen nicht vertrieben werden. Eine geringe Unvollkommenheit ist in Vermeidung grösserer Beschwerden eine Vollkommenheit zu nennen.

§. 224.
Dritte Pflicht.

Wie alles Pressen widernatürlich, und den Lauf des schlüpfrigen rothen Saftes aufhält, §. 120.

§ 120. so dürfen auch die Füsse nicht zuenge eingekerkert werden. Leichdörner, Schmerzen, Auswachsen der Haut, müssen sie vermeiden. Es sind Unvollkommenheiten. §. 29. Warme, ausgestopfte Schuhe, oder Pantoffeln, tragen sie im Winter. Die Füsse müssen beständig warm gehalten werden; Sie stehen in naher Verwandschaft mit dem Unterleibe und der Gebährmutter. Sind die Füsse übelriechend, so verbiete ich, alumineuse Bäder zu gebrauchen. Husten, Steckflüsse, und Zuschnüren des Halses, erfolgen darauf. Um grössere Unvollkommenheiten zu vermeiden, müssen sie eine geringere gedultig ertragen. Der Pflichtgeber Ovid schärft ihnen hierinne folgendes Gesetz ein:

Pes malus in niuea semper deletur aluta,
arida nec uinclis crura resolue tuis.

§. 225.

Vierte Pflicht.

Zurückgebogene Schultern, hohler Rücken, ein auf den Achseln sich majestätisch drehender Kopf, eine anständige Stellung, holde Minen, ungezwungene Geberden, ein munterer Gang, und auswärts gedrehete Füsse, machen das einnehmende äussere Schöne ei-

nes Frauenzimmers aus. §. 195. Sie sind verbunden, die äussere Schönheit, die Kunst und Uebung geben kann, zu suchen; §. 196. folglich haben sie die Uebungen vorzunehmen, die, ihren Gliedern eine anständige Lage, reizendes Ansehen, einen ordentlichen Gang, und gerade, anmuthsvolle Richtung zu geben, fähig sind. Diese ansehnliche und betäubende Geschicklichkeit können sie sich durch Fechten und Tanzen verschaffen. So gewiß es also ist, daß Fechten und Tanzen die Glieder stark, und die Gelenke biegsam machen, ja, dem ganzen Körper ein, ich weiß nicht was, eine Aire, ein mit Bewunderung begleitetes An- und mit Fragen verknüpftes Nachsehn zuziehen können: so sehr sind sie, wo nicht zum Fechten, doch Tanzen, verbunden. §. 72. Und auch diese Pflicht vergißt ein Ovidius nicht, ihnen mitzutheilen, wenn er sagt:

Quis dubitat? quin ſcire uelim ſaltare puellam,
ut moueat poſito brachia iuſſa ſono.
Artifices lateris, ſcenae ſpectacula amantur.
Tantum mobilitas illa decoris habet.

Und kurz vorher redet er in eben diesem dritten ihnen gewidmeten Buche von dem Gange also:

Eſt

Est et in incessu pars non temnenda decoris:
alligat ignotos illa, fugatque uiros.
Haec mouet arte latus, tunicisque fluentibus auras
excipit, extensos fertque superba pedes.
Illa uelut coniux Vmbra rubicunda mariti
ambulat, ingentes uarica fertque gradus.
Sed sit, ut in multis, modus hic quoque: rusticus alter
Motus in incessu, mollior alter erit.

§. 226.

Beschluß.

Ich endige meinen Unterricht, nachdem ich ihnen kürzlich die Pflichten vorgelegt, die sie der Gesundheit, und Schönheit, schuldig sind. Ich hätte allerdings weitläuftiger seyn können, wenn ich verschiedene Pflichten genauer hätte beleuchten wollen. Ich befriedige sie damit, daß meinem gethanen Versprechen §. 28. und 29. ein Genügen geleistet. Sollten ihnen die hin und wieder vorkommenden lateinischen Stellen zuwider seyn, so versichere, daß sie nichts Verdächtiges, nichts den

mir vor Augen schwebenden Wohlstand Beleidigendes in sich fassen. Verstehen sie die Sprache, so werden sie mir Beyfall geben. Gebrauchen sie einen Dollmetscher, den sie aller Orten finden, so wird der ihnen eine gesunde Erläuterung geben können. Ich für meine Wenigkeit habe blos das Wohl der Republic zum Vorwurfe. Und sie, sie sind es, Kronen des Landes, (ich muß es ihnen bey dem thränenvollen Abschiede sagen,) sie können gar zuviel zur Verbesserung der Nachwelt beytragen. An ihnen liegt es zum Theil, starke und gesunde, §. 150. kluge und tugendhafte Kinder §. 149. 151. 152. der Welt zu geben. Nun haben sie keine Entschuldigung. Es wird ihnen
gesagt.

Zusätze

Zusäze

Zu den §§. 149. bis 151.

Um diese Absichten zum Wohl des Staats glücklich zu erreichen, so haben die Männer eine hohe Verbindlichkeit, mit besonderer Zurüstung, unter der Empörung der keuschesten Triebe, das Ehebette zu besteigen. Ein Lycurgus sahe ein, wieviel dem Staate daran gelegen ist, die Pflichten des Ehebettes mit endzwecksvollen Begierden in Ausübung zu bringen. Ein Cornaro führt ihn daher mit diesen Worten an: Lycurque a mis au nombre de ses loix, que le mari ne couchat pas avec sa femme, mais qu'ils se separassent quelquefois pendant un intervalle de quelques jours. Qu'il l'avoit fait, dit-il, pour trois raisons, la premiere à finque les hommes en fussent plus ardents, n'êtant pas toujours comme attaches à la ceinture de leurs femmes; la seconde à finque l'amour, qui s'assoupit quelquefois entre les personnes mariées, pût être reveillé de tems en tems,

et la derniere, à finque les enfans, qui *viendroient en fussent plus robusts, et plus vifs.* Voies, s'il vous plait, l'art de conserver la santé des princes, et des personnes du premier rang, au quel on a ajouté l'art de conserver la santé des religieuses, et les avantages de la vie sobre du Seigneur LOVIS CORNARO Noble Venetien à Leide MDCCXXIV.

Zusatz.

Die Alten hatten eine andere Probe, wodurch sie sich von einer Schwangerschaft zu überzeugen suchten. Sie ist lustig anzuhören. Ich will sie mit den Worten des berühmten LOVIS CORNARO anführen. Er meldet im 7. Capitel p. 100. des vorhin angezeigten Buches: L'usage des plaisirs veneriens produit, et excite la circulation du sang; ce qui paroit par l'enflûre des vaisseaux, dont les femmes de l'antiquité sembloient avoir une entiere connoissance, par la coutume, qu'elles avoient de prendre avec un fil la mesure du col d'une vierge nouvellement mariée, avant qu'elle entrat dans le lit nuptial aupres de son mari; de la mesurer encore le lendemain matin avec le même fil; et si la pre-

premiere mesure se trouvoit alors trop courte, et ne pouvoit faire le tour de tout le col, de temoigner par des mouvemens et des cris de joie, que de fille elle avoit été faite femme. C'est à cel le coutume, que CATVLLE fait allusion dans vers suivant au sujet des noces de Thetis, et de Pele:

Non illam nutrix, oriente luce revisens,
Hesterno poterit collum circumdare filo.

Zusaß.

Pour teindre les cheveux.

Prenes de l'huile de taitre chaud, autant, qu'il en faut, cignes en l'eponge ou le peigne, et en peignes les cheveux au soleil, aiant premierement lavé la tête. Faite cela trois fois par jour et dans sept jours au plus ils deviendront noirs; que si vous voules les rendre odoriferens oignes les avec de l'huile et Benzoin. Voies *Recueil de Secrets divisé en deux parties.* La premiere concernant la conservation *de la santé, et de la beauté, la seconde concernant les arts, et les maladies des animaux, à Toulouse 1698.*

Excellente Pomade pour les levres.

Prenes huile d'amande douce vne once, mettes sur le feu, avec un peu environ une

une dragme, ou un peu d'avantage de ſuif de mouton fraichement tué, et de l'orcariette rapée pour donner couleur, faites cuire quelque tems enſemble, au lieu de l' huile d'amande, l'on peut prendre celle de jasmin, ou autre fleur pour lui donner une bonne odeur; il faut que l'huile d'amande douce ſoit tirée ſans feu.

Pomade pour Rouſſeurs du viſage.

Prenes les os longs des pieds de moutons, que vous brules au feu, jusqu' à qu'ils ſe reduiſent facilement en poudre: la quelle vous feres infuſer uingt quatre heures durant en du vin blanc puis le couler, et vous en ſervir vous en lavant, et decraſſant le viſage; il fant ſur quatre pieds un verre de vin blanc.

Tres excellente Pomade pour viſage.

Prenes telle quantité, que vous voudres de pieds de moutons, et les aiant pelés deoſſelés, et caſſés les os longs pour en tirer la moëlle; ce qui doit être en pleine lune, tant qu'il ſe peut; car il y a pour lors beaucoup plus de moëlle. Pour le bien faire il eſt bon de faire tremper les os un jour ou deux à la care dans l'eau, que uous changeres trois où quatre fois par jour; qui fera que vous

les

les casseres facilement. Il faut sur deux doucaines de pieds de moutons ajouter tout à moins demi douzaine de pieds de veau; aiant retiré la moëlle, laves la en plusieurs eaux, même avec de l'eau de rose jusqu' à qu'elle soit bien blanchie: d'autre part laves les os, apres en avoir tiré la moëlle, les faites bouillir en eau claire une bonne heure ou deux, puis les coules à travers un linge et laisses reposer l'eau du soir au lendemain; qu'avec une cuillere d'argent vous tireres promtement l'huile ou graisse, qui nagera, ou sera figée par dessus; la quelle vous joindres avec la dite moëlle, et mettres foudre sur un feu de charbon; ajoutant sur le poids d'environ quatre onces une dragme de Borax, et autant d'alun de roche calciné; et aiant bouilli tant soit peu ajouteres encore deux onces d'huile des quatre semences froides tiré sans feu, avec un peu de cire blanche ou de suif de mouton, mais celui de la paume ou toille de chevreau est le meilleur de tous, car on tient, que le premier roussit le visage, et que la cire le coupe, au lieu que celui çi ne fait ni l'un ni l'autre, puis la coules, et passes à travers un linge, et vous en serves.

L'eau

L'eau fort bonne pour le visage.

Prenes telle quantité de fiels de boeuf, que vous voudres, et les vuides dans une phiole de verre, et pour une libre pesant, aioutes une dragme d'alun de roche demi once de sel gemme ou sel de verre; une once de sucre candi, deux dragmes de borax, et une dragme de camphre, que vous pilleres à part: puis meleres tout en semble, et mettres dans le fiel de boeuf, l'agiteres l'espace d'un quart d'heure où environ, puis le laisseres reposer, et continues d'en user deux où trois fois par jour pendant quinze jours jusqu' à ce que le fiel devienne clair comme l'eau, laquelle vous filtretes par la carte empoi etique et la garderes. On s'en sert pour se preserver dû hâle dû soleil, en mettant sur le visage, quand vous voules aller aux champs, vous lavant le soir avec de l'eau commune, ce qui vous emportera tout le tein grossier.

Pour oter les rides du visage.

Il faut avoir une pelle à feu, et la faire bien chauffer, puis jetter par dessus de la poudre de myrrhe, opposant le visage par dessus, pour en recevoir la fumée, mettant un gros linge autour de la tête pour mieux recuiller la dite fumée, reite-

rant

rant ce procedé par trois fois; puis aiant derechef fait chauffer la pelle, il faut prendre du vin blanc dans la bouche, et en arroser la petite pelle, redevant et recuillant la dite fumée, qui s'elevera, et reiterant de même, par trois fois, continuant ce procdé soir et matin, si long tems, que vous voudres et vous verres merveiller.

Pour blanchir les dents.

Prenes eau rose, syroprosat, miel blanc eau de plantain de chacun demi once esprit de vitriol quatre onces, meles tout bien ensemble, et s'en frottes les dents avec un linge, et se laver avec eau rose et de plantain egales part.

Pour resserrer les gencives, et des dents, qui branlent.

Prenes vers de terre calcines, dont on se frottera les dents: ou bien une soie de veau seché au jour, et mis en poudre, ajoutant autant de miel; et faire cuire en consistence d'oppiate.

Prenes sang de dragon, et canelle trois onces alun calciné deux onces. Faites de tout poudre subtil, et vous en frottes les dents, un jour, l'autre non. C'est pour nettoier et incarner les dents.

Pate pour les mains.

Prenes deux libres d'amandes douces, que vous pilleres bien dans le mortier de marbre et mettres infuser dans deux pintes de lait de chevre ou de vache pendant deux ou trois heures, que vous couleres à travers un gros linge, qu'il faut bien exprimer par le moien de la presse. Mettes cette colature dans une bassine sur un feu de charbon, y ajoutant la mie d'un pain blanc de deux sols avec environ deux dragmes de Borax, et autant d'alun de roche calciné et sur la fin une once de sperma ceti. Il fant toujours bien remuer en la cuisant, de peur, qu'elle ne s'attache au fond de la bassine. Le signe de la cuison est, quand elle se leve entierement avec la spatule. Pour la bien cuive et à propos, il convient y emploier cinque ou six heures pour le moins.

Zusatz
von dem Empfinden.

Empfinden nenne ich das Erkennen unserer Gedanken. Empfinden wir, so werden wir nach gestrenkter Aufmerksamkeit von der Richtigkeit des gegebenen Begriffs überzeuget

zeuget werden. Denken, Fühlen, und Bewußtseyn, drücken eben das aus. Die Lateiner gebrauchen conscientia, cogitatio, adperceptio, actus reflexus, sensus. Συνειδησις kommt bey den Griechen vor. Da also zum Empfinden einmahl eine Vorstellung, zweytens ein Erkennen dieser Vorstellung erfordert wird, so wird man das Empfinden, als eine zusammengesetzte Handlung des Menschen, anzusehen haben. Die Vorstellungen, von welchen das Empfinden seinen Anfang nimmt, sind Veränderungen in der Seele, davon der Grund in der Action der Lebensgeister liegt. Und dieses ist die erste Veränderung, die beym Empfinden in der Seele vorgeht. Der Grund dieser Veränderung in der Seele liegt ausser ihr, nemlich in der Action der die Seele unmittelbar umgebenden Lebensgeister. Folglich ist die erste Veränderung, so die Seele bey dem Empfinden hat, eine Leidenschaft. Die zweyte Veränderung der Seele, so jener nothwendig folget, ist das Erkennen der Seele der ersten Veränderung in ihr, nemlich der vorhergehenden Vorstellungen. Die Seele erkennet diese Leidenschaften der Vorstellungen, vermittelst ihrer eigenen Kraft, und ist daher selbst mächtig gnug, diese zweyte Veränderung hervorzubringen. Mithin wird das Erkennen, als die zweyte Eigenschaft des Empfindens,

eine Thätigkeit der Seelen zu nennen seyn. Diese Zergliederung des Empfindens lehrt uns also, daß einmahl eine Leidenschaft, zweytens eine Thätigkeit der Seele das Wesentliche des Empfindens bestimme. Da das Empfinden eine thätige Vorstellung der paßiven Vorstellung ist, so läßt sich eine gewisse Dauer derselben angeben; ohnerachtet das Empfinden zwo Handlungen unter sich begreifft, so läßt sich doch zwischen der ersten leidenden Vorstellung in der Seele, und der zweyten thätigen Vorstellung, keine Zwischenzeit wahrnehmen, wenn diese beyde Veränderungen genau miteinander verbunden.

Das Empfinden gründet sich auf Vorstellungen in der Seele, welche durch die Action der Lebensgeister erreget werden. Diese Lebensgeister werden entweder von äusserlichen in unsere Gliedmassen würkenden Körpern gegen den Thronplatz der Seele, nemlich das Gehirn, in Bewegung gesetzet, oder von der Seele selbst, wie bey der Einbildung, Dichtung, und Voraussehung, geschicht. Die erste Art der Vorstellungen heissen die äusserlichen Empfindungen im engen Verstande; die letzte Art der Vorstellungen aber begreiffet man unter die innern Vorstellungen oder Empfindungen im engen Verstande. Da nun Empfinden im Erkennen der in der Seelen erregten Vorstellungen besteht, diese Vorstellungen

lungen aber theils äussere, theils innere sind, so wird man Grund haben, das Empfinden in das äussere und innere einzutheilen.

Da das Empfinden aus zweyen Veränderungen sein Wesen erhält, so wird man es nicht mit den blosen einfachen Vorstellungen verwechseln müssen. Daß die letztern ohne ein Bewußtseyn in der Seele würklich da seyn, setzet a priori die Vereinigung des Körpers mit der Seele ausser Zweifel; Kinder, Nachtwanderer, und Trunkene, mit Opiatis und Narcoticis gespeiste Leute überzeugen uns hiervon völlig. Diesen Personen werden wir also das Empfinden in angenommener Bedeutung nicht beylegen können, weil wir von blosen Vorstellungen auf das Empfinden, oder Bewußtseyn, nicht schliessen dürfen. Ich erfordere zu den Empfindungen einen doppelten Actum, eine Vorstellung in der Seele, und zweytens ein Erkennen dieser Vorstellung; ich ergreiffe die erste Vorstellung, wenn ich ein Bemühen äussere, sie mir deutlich zu machen. Diese Aufmerksamkeit, wodurch das Erkennen bey der Empfindung rege wird, läßt sich schwerlich bey den Thieren darthun; ich werde daher den Thieren die Empfindungen in diesem Verstande absprechen müssen. Das Erkennen, als das Wesentliche bey der Empfindung, geht nicht nur die Vorstellungen an, sondern erstreckt sich auch über das, was wir

verlangen, und verabscheuen. Wir sind uns der angenehmen Empörungen des Gemüths, der Regungen des Herzens, der Begierden, und der Triebe, bewußt. Wir fühlen sie, wir empfinden sie.

Die angenehmen Empfindungen sind die starken Sporen der menschlichen Handlungen, und die mächtigen Reizungen der Thaten. Und diese Empfindungen characterisiren die menschliche Natur. Wer kann uns entgegen seyn, wenn wir hierauf das ganze Recht der Natur bauen? Die angenehme Empfindung besteht in der Harmonie der Action der äusserlichen Dinge mit der Spannung unserer Nerven. Wobey man, theils die Nerven selbst, theils die Lebensgeister, in Erwegung zu ziehen hat.

Krankheiten machen lauter unangenehme verdrüßliche Empfindungen; die Gesundheit gewähret uns die süssesten und dauerhaftesten Empfindungen. Eine Wahrheit, die mich hoffen lässet, sie werden, holde Kronen, aus Liebe zu reizenden und entzückenden Empfindungen mit begierigen Händen und ächzendem Verlangen diese Regeln der Schönheit und Gesundheit annehmen, und ihnen Folge leisten. Sie treffen darinne, ohne Umwege zu nehmen, die ächten Quellen an, die ihnen wahre Lust, reines Vergnügen, das Angenehme im Empfinden zu schmecken geben.

*

Verzeich-

Verzeichniß
der
in diesem Unterricht vorhandenen
Materien.

Begriff von dem Körper, der Seele, dem Menschen, dessen Leben, und Gesundheit, §. 1. bis 30.

Erster Abschnitt
Von den Gesundheitsmitteln, §. 31. bis 191.

Erste Abtheilung von den Pflichten eines Frauenzimmers gegen Essen und Trinken, §. 31. bis 68.

Zweyte Abtheilung von den Pflichten eines Frauenzimmers gegen Leibesbewegungen und Gesundheitsreisen, §. 70. bis 103.

Dritte Abtheilung von Schärfung der Sinnen, §. 104. bis 117.

Vierte Abtheilung, wie Gedächtniß, Einbildungskraft, Witz, Scharfsinnigkeit, und Vernunft, auszuüben, §. 118. 119.

Fünfte Abtheilung von den Pflichten eines Frauenzimmers gegen den Willen, §. 120. bis 123.

Sechste Abtheilung von den besondern Pflichten der Jungfern und ledig bleibender Frauenspersonen, §. 124. bis 133.

Siebende Abtheilung von den Pflichten einer Frau während der Schwangerschaft, Wochenbettes, und Stillung des Kindes, §. 134. bis 190.

I. Von den Pflichten einer Frau gegen die Empfängniß, §. 134. bis 145.

II. Von den Pflichten einer Frau gegen die zu bildende Frucht, §. 146. bis 154.

III. Von den Pflichten einer Frau gegen die Geburt, §. 155. bis 174.

IV. Von den Pflichten einer Frau gegen das Stillen und Erziehen der Kinder, §. 175. bis 190.

Achte Abtheilung von den Pflichten der Wittwen, §. 191.

Zweyter Abschnitt

Von den Schönheitsmitteln, §. 192. bis 225.

1. des Kopfs,
2. des Halses,
3. der Brust,
4. des Unterleibes,
5. der Hände und Füsse.

Register

Register der vorkommenden Sachen und Wörter.

Abgewöhnen, was es sey, p. 160. §. 188. wie es vorzunehmen, ibid.

Aderlassen, wenn es anzustellen, p. 100. §. 99. wie ofte, §. 100. 101. zu welcher Jahreszeit, §. 102. was dabey in acht zu nehmen, ibid. vor der Aderlaß muß ein Laxativ gereicht werden, §. 103.

Aftergeburt, siehe Nachgeburt.

Amme, §. 177. muß gesund, verständig, und tugendhaft seyn, §. 183. Leidenschaften vermeiden, §. 184. wofür sie sich ferner zu hüten, §. 185. für welchen Speisen, §. 187. fremde müssen nicht angenommen werden, §. 182.

Augenbraunen müssen mit Wachs zusammengestrichen werden. §. 206.

Bewegen muß sich ein Frauenzimmer, §. 75. gelinde, 76. in reiner Luft, 77. in Gesellschaft, ibid. vor Tische, 79. nach Tische, ibid. wie lange. §. 80.

Bewegung, was sie sey, §. 69. ist willkührlich, freywillig, vermischt, 10. freywillige werden ferner eingetheilt, p. 16. universelle und particuläre Bewegungen, §. 70. deren verschiedene Arten, ibid. verursacht Wärme, §. 73. vermehrt den Umlauf des Geblüts, 74. *Se- et Excretiones*, ibid. starke, gelinde. 71.

Brust muß in der Jugend blos getragen werden, §. 219.

Cörper, menschliche, §. 1. dessen Vorzüge, 2. ist zu Bewegungen aufgelegt, 9. veranlasset Gedanken. 1. 4.
Diätetischer Unterricht, was er sey. §. 26.
Dinge, äusserlich würkende, was für welche es seyn. §. 109.
Empfängniß wird erklärt, §. 136. wenn sie nicht geschicht, 137. dessen bequemste Zeit, 140. wodurch sie gehindert und beschwerlich gemacht wird, 144. 148. dessen Kennzeichen. 145.
Empfinden wird erklärt, §. 104. erfordert drey Stücke, 105.
Empfindungen, was sie seyn, §. 11. deren Eintheilung, ib. legen den Grund zur Einbildungskraft und Gedächtniß, 12. zu allgemeinen Begriffen, ibid. deren Vollkommenheit muß man suchen, 103. wovon diese abhangt, 110. deren Absicht. 114.
Essen, dessen Nothwendigkeit, §. 32. man muß wenig essen. 53. 58.
Fechten, ob ein Frauenzimmer dazu verbunden, §. 225.
Fluß, monatliche, §. 128. Geburtsfluß. 143.
Frau, was sie sey, §. 124. schwangere, p. 135. ob sie schwanger, p. 147. muß selbst Amme seyn, §. 178. muß währender Stillung allein schlafen, 189. muß sich beschwängern lassen, 138. muß die Hitze des Mannes im Ehebette muthig zu erreichen suchen, 129. kann nach geschehener Empfängniß zu keinem Beyschlafe genöthiget werden, 141. hat das Recht, ihres Mannes zu genüssen, ibid. schwangere, was sie zu vermeiden, 148. 149. 150. was sie zu beobachten, 151. 154.
Frauenmilch kann den Kindern gewisse Neigungen einflössen. §. 180.
Frauenzimmer, was es sind, §. 124. woher es abgeleitet wird. ibid.
Frucht wird beschrieben, p. 134. wie sie von der Mutter ernährt wird, §. 146. erfordert eine gewisse Zeit der Gährung, ibid. ist anfänglich unsichtbar, ibid. hat den Kopf zwischen den Füssen, ibid. ist wie ein runder Ball im Anfühlen, ibid. je vollkommener sie wird, destomehr Bewegungen nimmt sie an, p. 135. ist ein Theil des Leibes, §. 149. ihr können Gemüthsbewe-

bewegungen unförmliche Gestalten einprägen, 149. dessen Bau, wovon er abhangt, ibid.
Frühestunden sind den ehelichen Handlungen zu widmen. §. 142.
Füsse müssen nicht zu enge eingekerkert werden, §. 224. schwitzige und übelriechende müssen gedultig ertragen werden. ibid.
Gebährende sind, als verwundete, anzusehen, §. 173.
Geburt, dabey muß der Mann zugegen seyn. §. 172.
Geburtsfluß muß befördert werden, §. 170. wie. ibid.
Gesetz, was es sey. §. 31.
Gesundseyn, was es heisse. §. 17.
Gesundheit, worinne sie bestehe, §. 18. was sie erfordere, §. 19-22. dessen Kennzeichen. §. 24.
Gesundheitsreisen werden erklärt, §. 92. deren Würkungen. 94. 95.
Gliedmassen, sinnliche, §. 107.
Glückshaut, was sie sey. §. 151.
Hände, wie sie weiß und weich zu erhalten. §. 222.
Haut, wie sie zart, weich und rein zu erhalten. §. 203.
Heyrathen muß ein Frauenzimmer, §. 123. 130. beyzeiten, 131. warum. ibid.
Hosen kann ein Frauenzimmer im Winter tragen. §. 221.
Jungfer, eine, §. 124. formelle und reelle, ibid. Klosterjungfer, ibid. siehe Nonne.
Kinder, schöne, wie sie zu erhalten, §. 149. kluge, wie selbige zu erzielen, 151. wie gesunde und starke, 150. wie tugendhafte, 152. unvollkommenes, dessen Kennzeichen. 168.
Leben, das menschliche, worinn es besteht, §. 5. 9. wodurch es bestimmt wird, 6. wie lange es dauert, ibid. dessen Länge, wornach es zu schätzen. 26.
Lebensgeister, durch sie können gewisse Vorstellungen dem andern mitgetheilet werden. §. 179.
Leidenschaften, §. 121. wie sie erregt werden. ibid.
Menses, §. 128. was für Zufälle vor deren Ausbruche sich zeigen. 125.
Milch, was sie sey, §. 175. dessen Nutzen. 176.
Mittagsruhe, was davon zu halten. §. 79. 82.
Mutterkuchen wird beschrieben. §. 146.

Nach-

Nachgeburt, was sie sey, §. 155. p. 145. 148. dessen Abgang muß besorgt werden, §. 169. wie. ibid.
Narben, wie solche zu vertreiben. §. 219.
Nase muß alle Morgen zugespitzt werden. §. 208.
Nonne wird beschrieben. §. 124.
Odem, übelriechender, wie er zu heben. §. 211.
Ohrenflüsse. §. 217.
Ordinaire, das, was es sey, §. 125. wozu es dient, 126. wie es befördert wird, 127. bey dessen Eintritte, was sich zuträgt. 129.
Reinigung, monatliche, was sie sey, §. 125. welche Umstände zu dessen Fortgange nöthig. 128.
Runzeln, wie sie entstehen, §. 175. 204. wie solche zu verhindern. 204.
Seele wird verklärt. §. 3.
Sechswöchnerin, wofür sie sich zu hüten. §. 173.
Sinne sind die Grundlage der menschlichen Erkenntniß. §. 4.
Sinnliche, siehe Gliedmassen.
Sinnlichkeit ist ein Stück unsers Wesens. §. 117.
Schielen, wie es entsteht, §. 207. wie es zu verhüten. ibid.
Schnürbrüste werden verworfen. §. 220.
Schön. §. 192. 193.
Schönheit, §. 192. sie zu erhalten, ist ein Frauenzimmer verbunden, 196. des Ganzen erwächset aus der Schönheit der Theile, 197. des Kopfs, 195. ist eine Vollkommenheit, p. 192. wornach sie zu schätzen, §. 194.
Schwangerschaft, siehe Frau.
Schwangerschaft, was sie sey. p. 136.
Schwitzen unter den Achseln, wie es zu vertreiben. §. 223.
Speisen, weiche, §. 32. harte, 36. müssen nicht zu warm genossen werden, 44. welche zu vermeiden. 46.
Speisen muß man in lustiger Gesellschaft, §. 55. an einem gesunden, angenehmen Orte. 57.
Stillen, was es heisse. §. 176.
Stirnbinde aus Wachspapier. §. 205.

Tanzen muß ein Frauenzimmer. §.72. 226.

Temperament, dessen Begriff, §.23. auf dessen Aehnlichkeit hat man beym Heyrathen zu sehen. 140.

Tränken, was es sey. §.176.

Trinken, dessen Nothwendigkeit, §. 32. 47. man muß mehr trinken, als essen, 52. mehr warm, als kaltes. 54.

Unreinigkeit der Stirn, wie solche zu heben. 202.

Unterleib muß nach der Entbindung gebunden werden. §. 171.

Vollblütigkeit, dessen Zeichen. §. 96.

Wasser, ob es rein, §. 4. Quell- und Brunnwasser ist dem andern vorzuziehen, §. 50. Aniswasser, wie es zu bereiten, 51. muß man ausser der Mahlzeit trinken. 54.

Warzen zu vertreiben. §.213.

Weib, siehe Frau.

Wehen, was sie sind, §.145. wahre, wilde, ibid. die wahren, wie sie zu erkennen. 136.

Wittwe, was sie sey, §. 124. welche Pflichten sie zu beobachten. 191.

Zähne, schöne, §. 210. harte, zerbrechliche, 182. schwarze, wie sie zu verbessern. 211.

Bemerkte Druckfehler.

Pag. 3. lin. 6. lies sieben an statt sechse.
p. 5. l. 2. setze zu ausser noch ihr.
p. 5. l. 7. lies können anstatt konten.
p. 6. l. 15. lies äusserlichen für ausserordentlichen.
p. 8 l. 6. lies Meinung für Neigung.
p. 11. l. 13. lies Oerter für Beter.
p. 13. §. 15. l. 3. lies Umlauf für Unlauf.
p. 14. § 24. l. 7. lies Excretionen für Excretion.
p. 25. l. 22. lies wovon für woran.
p. 28. §. 29. l 12. lies kettenweis für kettelweis.
p. 28. l. 11. lies der Säfte, die, für den.
p. 68. §. 66. l. 3. lies dieser pranget für diese prangen.
p. 86. §. 86. l. 7. lies sind für und.
p 92. l. 27. lies *uitae* für uita.
p. 107. l. 5. lies äusserlichen für ausserordentlichen.
p. 108. l. 12. lies sehen für suchen.
p. 141. §. 151. lies fortgesetzte für vorgesetzte.
p. 163. was §. 192. von den Wörtern an: Ich würde meine Blätter anfüllen müssen, bis zu Ende des §. gehört zu Ende des §. 191.

p. 174. l. 2. lies Aßiet für Aßint.
p. 185. l. 10. lies *modici* für Medici.
p. 191. l. 17. lies Flüsse für Zuflüsse.
p. 192. §. 218. lies Eßclavagen für Esilagen.
p. 197. l. 19. lies *tenetur* für deletur.
p. 186 §. 213. lies Nußbeenöhl für Nußbaumöhl.
p. 193. §. 220. l. 24. Kneppellade für Kniebellade.

Bayerische StaatsBibliothek
Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Struve, Carl Wilhelm Friedrich,

Gesund- und Schönheits-Pflichten Zur Erbauung des andern Geschlechts

Dreßden 1754

Bamberg, Staatsbibliothek -- Hyg.o.175
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11699297-0
VD18 10953469-001